Informationen über die Stadt

Uster u. Umgebung

Wirtschaft | Vereine | nützliche Informationen

13. Jahrgang 2021/2022

Verteilt durch DIE POST

P·R·O·I·N·F·O

Daheim statt Heim – wir sind für Sie rund um die Uhr da

Wir besuchen Sie an 365 Tagen im Jahr in Ihrem Daheim, in den Kantonen AG, LU, SZ, ZG und ZH.

Unser Dienstleistungsangebot:

Grundpflege Körperpflege, Anziehen von Stützstrümpfen, Mobilisation
Behandlungspflege Behandlung der Wunden, Infusionstherapien, Medikamentenmanagement
Hauswirtschaft und Betreuung Von einer Stunde in der Woche bis zu 24 Stunden am Tag
Transporte mit und ohne Rollstuhl

SPITEXSTERN
Daheim statt Heim

Grundstrasse 20
6343 Rotkreuz
www.spitexstern.ch
041 755 05 05
0800 10 50 50 (gratis)

FLOR
KAFI • BAR
RESTAURANT

Loren-Allee 20, Uster

Täglich frisch zubereitete, innovative Mittagsmenüs, abends à la Carte, verschiedene Dessertvariationen, regelmässig indisches Buffet - ideal für Gesellschaften, schönes Ambiente, ruhiger, sonniger Aussenplatz.

Reservationen nehmen wir gerne telefonisch entgegen. Wir freuen uns auf Sie!

Mo	geschlossen
Di – Fr	09.00 – 22.00 h
Sa	10.00 – 22.00 h
So	geschlossen

T 043 366 58 12

www.restaurant-flor.ch

Entdecken Sie jetzt unser Digibook von Uster!

Architekten Team Zürich AG
Uster

Inhalt

24h-Service / Impressum	2
SOS / Wichtige Rufnummern	3
Vorwort Proinfo	4
Herzlich willkommen	5
Stadtinfos	6, 7
Post/-tarife	7
Schulen/Schulferien	8, 9
Top Lehrstellen in der Region	10, 11
Kalender	12
Gewerbe vor Ort	13–15
Branchenverzeichnis	14, 15
«Gwüsst …»	16
Rund ums Haus	18, 19
Gesundheit u. Wohlbefinden	20–22
Soziales	23–25
Gut essen	26–30
Vereine	31–56
Vereinsverzeichnis	32–35
Erste Hilfe	57
Veranstaltungen	58, 59
Parteien	60

BEI UNS SIND SIE
König*in
tschopp
SEIT 1996

Impressum

13. Jahrgang, Dezember 2021 / Auflage 5'650 Exemplare

Alle Rechte vorbehalten.Das Werk einschliesslich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ausserhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.

Copyright by Proinfo CH AG

Verlag und Redaktion
Proinfo CH AG, Glutz-Blotzheim-Strasse 3, 4500 Solothurn
Telefon 032 628 20 00, Fax 032 628 20 10
edition@proinfo.ch, www.proinfo.ch

Bildnachweis Proinfo, Vereine

Verteilung durch die Schweizerische Post

Tarife und Dokumentation können Sie unseren Webseiten entnehmen.

Anfragen und Mutationen richten Sie bitte direkt an den Verlag.

24h-Service

Energie Uster AG
www.energieuster.ch 044 905 18 20

PC Notfall
044 994 28 33

Di – Fr 10.00 bis 20.00

Cyberworld Multimedia Zürichstrasse 21 8610 Uster info@cmm.ch

Catering

Delikat essen – leicht gemacht. Mit dem Catering-Service von Hotz!

hotz
METZGEREI | CATERING
Hotz Fleisch Wurst Traiteur AG
Uster | Winterthur | Fällanden
metzgerei-hotz.ch

SOS / Wichtige Rufnummern

Notfallnummern

Polizei	117
Feuerwehr	118
Sanitätsnotruf	144
Apotheken-Notfalldienst (1.50/Min)	0900 55 35 55
Ärztlicher Notfalldienst (gratis)	0800 33 66 55
Die Dargebotene Hand	143
Elternnotruf	044 261 88 66
Energie Uster AG	044 905 18 20
Notfallpraxis im Spital	044 911 23 23
Psychiatrischer Notfalldienst	044 931 39 39
Rega	1414
Seerettungsdienst	118
Telefonhilfe für Kinder u. Jugendliche	147
Tierambulanz Zürich (24 h)	0800 55 70 10
Tierärzte Neuwiesen	043 466 90 19
Vergiftungen	145
Zahnprothesen Notfalldienst	044 940 27 11

Gemeinde

Abfall und Umwelt	044 944 73 29
AHV-Zweigstelle	044 944 73 51
Auskunft/Zentrale (für alle Dienststellen)	044 944 71 11
Baubewilligungen/-beratung	044 944 72 83/99
Bestattungsamt	044 944 72 21
Betreibungsamt	044 944 75 75
Bezirksrat Uster, Kanzlei	044 905 21 91
Einwohnerdienste	044 944 72 89
Fachstelle Alter	044 944 74 59
Finanzverwaltung	044 944 72 33
Friedensrichter	044 944 70 20
Grundbuch-, Konkursamt	044 905 90 20
Heime Uster	044 905 11 11
Sozialberatung	044 944 73 19
Stadtkanzlei	044 944 72 02
Steueramt, kantonal	043 259 40 50
Steueramt, städtisch	044 944 74 74
Zivilschutz	044 944 74 49
Zivilstandsamt	044 944 72 21

Gesundheit

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst des Kantons Zürich	
Regionalstelle Uster	044 578 60 00
Krankentransporte	044 411 22 22
Krebsliga Uster	044 940 24 77
Pro Senectute	058 451 53 42
Spital Uster	044 911 11 11
Spitex Uster	044 905 70 80
Zürcher Aids-Hilfe	044 455 59 15
Unispital Zürich	044 255 11 11

Sozialdienste

Besuchsdienst Uster	044 941 72 82
Fachstelle für Alkohol- u. Suchtprobleme	044 801 99 20
KESB	044 944 75 20
Mütter- u. Väterberatung	
Pensionsvorbereitung	058 451 51 57
Pro Senectute	058 451 53 42
RAV	043 258 43 43
Schuldenberatung Kt. ZH	043 333 36 86
Soziale Dienste, Bezirk Uster	044 801 99 20
Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland	043 399 10 80

Varia

ARA Jungholz	044 944 54 54
Auskunft SBB	0900 300 300
Bestatterdienste	
Mo.–Fr., 07.00–17.00 Uhr	079 571 22 33
Fr., 17.00–Mo., 07.00 Uhr	052 355 00 11
Bezirksgericht Uster	043 366 33 00
BIZ (Berufsberatung)	043 258 49 00
Feuerwehr	044 944 72 85
Flughafen Kloten	0900 300 313
Friedhof	044 940 16 77
frjz – Jugendanimation	044 941 14 49
Hauptsammelstelle	044 942 14 52
Notariat	044 905 90 20
Senioren-Netz Uster	044 940 24 77
SBB Auskunft	0900 300 300
SBB Bahnhof Uster	0848 44 66 88
Schifffahrtsgenossenschaft Greifensee	044 980 01 69
Stadtpolizei Uster	044 944 76 66
UBA – unabhängige Beschwerdestelle f. das Alter	058 450 60 60

Liebe Leserinnen und Leser, geschätzte Inserenten

Der Optimismus kehrt zurück. Die vielen Einschränkungen, die wir seit Monaten auf uns nehmen müssen, zeigen im Zusammenspiel mit der Impfstrategie des Bundes Wirkung. Die Pandemie verliert ihren Schrecken und wir gewinnen Stück für Stück unsere Freiheiten zurück.

Es ist wie so oft im Leben: Wir lernen den Wert erst richtig schätzen, wenn wir etwas vermissen. Uns allen fehlte das Vereinsleben, das wir früher als selbstverständlich angesehen hatten. Heute freuen wir uns auf Theaterproben, Trainings, Konzerte, ja sogar die Sitzungen, die wir früher eher als Pflicht betrachtet hatten. Das fröhliche Zusammensein unter Gleichgesinnten kehrt zurück.

Wenn wir versuchen, etwas Positives aus den vergangenen Monaten zu ziehen, dann ist es sicherlich, dass wir gelernt haben, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren. Und das liegt vielfach vor der Haustür. In unserer schnelllebigen und globalisierten Welt war scheinbar Selbstverständliches in Vergessenheit geraten und wir sind gerade dabei, vieles wieder neu zu entdecken.

Ganz eindrücklich besinnt man sich in solchen speziellen Zeiten auf «Traditionelles» zurück. Das lokale Gewerbe, die Dorfbeiz, die Vereine: Hier findet das Leben unserer Gemeinde statt. Wir spüren wieder, wie wichtig solche Institutionen für die alltägliche Lebensfreude tatsächlich sind.
Der weit verbreitete Spruch «all business is local» gilt heute mehr denn je. Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nahe liegt? Berücksichtigen Sie die zahlreichen Möglichkeiten, die in Uster angeboten werden.

WhatsApp, E-Mail, SMS und Newsletter sind in unserer hektischen Welt zur Normalität geworden. Lassen Sie für einige Momente die digitalen Informationen aussen vor. Nehmen Sie die neue Ausgabe Ihrer Gemeinde-Infos zur Hand, wenn Sie etwas brauchen. Berücksichtigen Sie das Gewerbe in Uster und die Dienstleister in der Nähe. Ihnen gebührt ein besonderer Dank, denn sie haben nicht nur dieses Gemeinde-Informationsbuch möglich gemacht, sie sorgen gerade in schwierigen Zeiten dafür, dass wir in einer prosperierenden und lebhaften Region zu Hause sein dürfen.

Viel Spass beim Lesen.

Proinfo CH AG

Geschäftsführer, Fabio Andretta

Herzlich willkommen

Uster ist eine Energiestadt. Das Forum European Energy Award hat ihr 2016 das «Label Gold» zugesprochen. Damit ist Uster eine der Schweizer Städte, die 75 und mehr Prozent der vorgegebenen Massnahmen im Energiebereich umgesetzt haben. Die Stadt Uster ist seit 2001 Energiestadt und hat sich mit ihren Leistungen seither kontinuierlich verbessert.

Geschichte Uster

Wasser war ein wichtiger Bestandteil der Siedlungsentwicklung von Uster. Ohne die Wasserkraft des Aabaches wäre der wirtschaftliche Wandel im 18. Jahrhundert niemals so erfolgreich gewesen. Der daraus erarbeitete Reichtum ermöglichte seinerzeit, Werte wie Solidarität und Gerechtigkeit zu stärken. Er war Grundstein für eine lang anhaltende erfolgreiche Entwicklung der Stadt auf allen Ebenen.

Die Gegend um den Greifensee war bereits einige Tausend Jahre v. Chr. besiedelt, allerdings zeugen nur spärliche Funde von diesen Leuten. Die erste urkundliche Erwähnung Usters datiert auf das Jahr 775 n. Chr. Die älteste Namensform ist «Ustra». Dass der Name «Uster» keltischen Ursprungs wäre, lässt sich nicht beweisen. Das Gebiet von Uster scheint von den Kelten wie später von den Römern nur schwach besiedelt worden zu sein. Ab dem Jahr 500 begannen die Alemannen, sich in der Region niederzulassen. Auch aus dieser Zeit sind Funde nur spärlich.

Im Jahr 1830 wurde die Verfassung von 1814, welche die Landschaft politisch zurückgesetzt hatte, gestürzt, es kam zum «Ustertag». Dieses Ereignis wird noch heute jedes Jahr in der reformierten Kirche gefeiert.

Als die Mechanisierung zunehmend um sich griff, stürmte die aufgebrachte Bevölkerung am 22. November 1832 die erste mechanische Weberei in der Region, die Fabrik Corrodi & Pfister in Oberuster, und zündete sie an. Dieser Proteststurm ging als «Usterbrand» in die Schweizer Geschichte ein.

Um 1850 hatte sich Uster zu einem Industriegebiet entwickelt, das die höchste Fabrikdichte der gesamten Schweiz aufwies. Noch heute sind entlang des Aabachs Zeugen aus dieser Zeit zu entdecken. Uster nutzt heute die erhaltenen industriellen Bauten, um sie innerhalb des Industriepfads museal zu nutzen oder sie in moderne Wohnüberbauungen zu integrieren. Dazu wurden und werden die weitgehend erhaltenen Fabrikkanäle, Weiher und Rückhaltebecken zu Parkanlagen und Grünflächen ausgebaut.

Die Bemühungen der Stadt um den Bau einer Kantonsschule als auch die Absicht, ein modernes neues Stadtzentrum im «Kern» zu errichten, zeugen von einer aufstrebenden, aktiven Stadtplanung.

Quelle: Wikipedia

Stadt Uster

Kanton	Zürich (ZH)
Postleitzahl	8610
Höhe	464 m ü. M.
Fläche	28.5 km²
Einwohnerzahl (2021)	über 36'000
Hundesteuer	zwischen CHF 70 und 200
Steuerfuss	105 bzw. 109 %
Wasserhärte	27–40 ° fH

Stadthaus

Stadt Uster
Bahnhofstrasse 17, Postfach 1442, 8610 Uster

Telefonnummer: 044 944 71 11

www.uster.ch

Öffnungszeiten
Mo., Di., Do. 08.00–11.30 / 13.30–16.30 Uhr
Mi. 08.00–11.30 / 13.30–18.30 Uhr
Fr. 08.00–14.00 Uhr durchgehend

Varia

Bibliothek
Dorfbibliothek Nänikon
Oberstufenschulhaus Wüeri
Stationsstr. 49 044 905 70 40

Seniothek
Bankstrasse 17 044 940 18 33

Stadtarchiv u. Kläui-Bibliothek
Bahnhofstr. 1 044 944 72 24

Stadt- und Regionalbibliothek
Bankstrasse 17 044 944 77 50

Freizeit- u. Jugendzentrum – frjz
Zürichstrasse 30 044 941 14 49

Kitas
Beluga
Asylstrasse 24 044 905 17 02

Blumenwiese GmbH
Aathalstrasse 62 079 792 58 55

Chinderhuus Im Werk
Im Werk 3 043 305 90 06

Chinderkram GmbH
Apothekerstr. 18 044 940 33 11

Heusser-Staub-Stiftung
Florastrasse 26 044 940 11 62

Kinderhaus Kidin.ch
Schulweg 1, 8616 Riedikon / Uster
076 366 88 11

Kinderkrippe Mary Poppins
Zentralstrasse 36 044 940 40 45

Kinderkrippe Rösligarten
Wagerenstr. 47 044 911 10 67

Muulwurf
Industriestr. 23 044 940 14 01

Ramba-Zamba
Weiherallee 3 044 542 43 08

Schatzkiste
Lorenweg 1 043 366 53 29

Seegarten
Seefeldstr. 4a 044 941 53 50

Zipfelchappe
Uster West 30 044 940 70 71

Kirchgemeinden
Evang.-methodistische Kirche
Bahnstrasse 31 044 940 12 43

Evang.-reformierte Kirche
Zentralstrasse 40 044 943 15 15

Freie Kirche Uster
Gerbestrasse 7 044 940 11 50

Katholische Pfarrei St. Andreas
Neuwiesenstr. 17 044 944 85 44

Neuapostolische Kirche
Seestrasse 83 044 940 12 70

Kultur
Café- u. Weinbar Zum Hut
Bahnhofstr. 18 044 940 33 70

Kultur für Kinder – Kufki
Gumpenwisenstr. 9
8166 Niederweningen
044 940 44 77

Kulturgemeinschaft Uster
Brauereistr. 2 044 941 86 10

künstleratelier Uster akku
Im Lot 8 079 646 33 18

swissjazzorama
Ackerstrasse 45 044 940 19 82

Villa Grunholzer
Florastrasse 18 079 917 41 04

Ludotheken
Tannenzaunstr. 8 044 940 05 81

Sammelstelle
Altstoff-Hauptsammelstelle
Dammstrasse 7 044 942 14 52

Schwimmbäder
Dorfbad
Florastrasse 22 044 943 59 20

Hallenbad
Hallenbadweg 3 044 943 59 10

Strandbad
Uferweg 7 044 943 59 25

Sportanlagen
Aussensportanlagen Buchholz
Hallenbadweg 6 044 943 59 00

Fussballanlage Heusser-Staub
044 943 59 00

Griffig Kletter- u. Squashhalle
Hallenbadweg 2 044 515 95 77

Püntareal
Quellenstrasse 044 943 59 00

Sportcenter Blue Point
Hallenbadweg 15 044 942 12 12

Sporthalle Buchholz
Hallenbadweg 4 044 943 59 00

Poststellen

Gerichtsstrasse 4 8610 Uster	Montag–Freitag Samstag	08.00–18.30 Uhr 09.00–16.00 Uhr
Bankstrasse 2 8610 Uster (PickPost-Stelle Uster Bahnhof SBB)	Montag–Freitag Samstag Sonntag	06.30–19.00 Uhr 07.00–18.30 Uhr 08.00–18.00 Uhr

Posttarife per 1. Januar 2022

1x A-Post			
Produkt	**Format**	**Gewicht**	**Preis CHF**
Standardbrief	bis B5 (25 x 17.6 cm; bis 2 cm Dicke)	1 bis 100 g	1.10
Midibrief	bis B5 (25 x 17.6 cm; bis 2 cm Dicke)	101 bis 250 g	1.40
Grossbrief	bis B4 (35.3 x 25 cm; bis 2 cm Dicke)	1 bis 500 g	2.10
Grossbrief	bis B4 (35.3 x 25 cm; bis 2 cm Dicke)	501 bis 1000 g	4.10

1x B-Post			
Produkt	**Format**	**Gewicht**	**Preis CHF**
Standardbrief	bis B5 (25 x 17.6 cm; bis 2 cm Dicke)	1 bis 100 g	0.90
Midibrief	bis B5 (25 x 17.6 cm; bis 2 cm Dicke)	101 bis 250 g	1.15
Grossbrief	bis B4 (35.3 x 25 cm; bis 2 cm Dicke)	1 bis 500 g	1.85
Grossbrief	bis B4 (35.3 x 25 cm; bis 2 cm Dicke)	501 bis 1000 g	3.65

Schulen (www.uster.ch/de/gesellschaftbildung/bildungn)

Primarschulen
Sekretariat 044 944 73 30

Oberstufen
Schulsekretariat 044 944 73 41
044 944 73 42

Hasenbühl-Wermatswil
Hasenbühlstrasse 10, 8610 Uster
044 940 18 38
Schulleitung: 044 994 14 92

KG Brunnenwiese
Brunnenwiesenstr. 32, 8610 Uster
044 940 61 00

KG Hasenbühl
Hasenbühlstrasse 10, 8610 Uster
078 996 04 06

KG Im Werk
Im Werk 8, 8610 Uster
044 940 61 53

KG Weidli
Wermatswilerstr. 88, 8610 Uster
044 940 42 79

KG Wermatswil
Pfäffikerstrasse, 8615 Wermatswil
044 941 46 47

Gujer
Kleinjoggstr. 6, 8615 Wermatswil
044 940 98 29

Schulhaus Hasenbühl 1
044 940 18 53

Schulhaus Hasenbühl 2
044 940 18 38

Schulhaus Hasenbühl 3
044 940 18 56

Niederuster
Seestrasse 109, 8610 Uster
Schulleitung 044 994 15 67

KG Niederuster 044 940 65 88

KG Niederuster Pavillon
044 994 15 66

KG Wanne
Peierackerweg 3, 8610 Uster
044 940 16 55

Schulhaus Niederuster Altbau
044 940 10 17

Nänikon-Gschwader
Schulleitung
Ingrid Nowak 044 994 15 02
Adrian Schläpfer 044 994 15 01

N ä n i k o n
Baumgartenweg 6, 8606 Nänikon

KG Mettmenried
Mettmenriedstr. 7, 8606 Nänikon
044 942 18 58

KG Vogelsang
Vogelsangstrasse, 8606 Nänikon

Schulhaus Singvogel
044 955 91 88

Schulhaus Türmli
Stationsstrasse 4, 8606 Nänikon
044 941 17 17

G s c h w a d e r
Gschwaderstrasse 70, 8610 Uster

KG Gschwader
044 941 35 73

KG Gschwader (Pavillon)
044 940 67 02

Schulhaus Gschwader
044 941 35 70

Oberuster
Aathalstrasse 31, 8610 Uster
044 905 85 00
Schulleitung 044 905 85 05

Hort Steigstrasse
Steigstrasse 9, 8610 Uster
079 362 96 97

KG Oberuster 044 905 85 00

KG Stöcklerstrasse
Stöcklerstrasse 9, 8610 Uster
044 941 24 36

Schulhaus Oberuster Altbau
Aathalstrasse 35, 8610 Uster
044 905 85 00

Schulhaus Oberuster Neubau
044 905 85 01

Schulhaus Sulzbach
Oberdorfstr. 14, 8614 Sulzbach
044 940 58 42

Pünt
Zürichstrasse 11, 8610 Uster
Schulleitung 044 941 28 42

KG Ackerstrasse
Gschwaderstrasse 3, 8610 Uster
044 940 59 03

KG Gotthardweg
Gotthardweg 5, 8610 Uster
044 940 57 57

KG Im Lot
Quellenstrasse, 8610 Uster
044 941 91 87/86

KG Pünt
Quellenstrasse, 8610 Uster
044 941 24 26

Schulhaus Pünt
Wilstrasse 30, 8610 Uster
044 941 11 50

Talacker-Dorf
Wührestrasse 10, 8610 Uster
Schulleitung 044 941 22 60

KG Heusser-Staub
Heusser-Staub-Str. 1, 8610 Uster
044 940 32 42

KG Nossikon
Blindenholzstrasse 5, 8610 Uster
044 940 80 60

KG Talacker 044 941 35 50

Schulhaus Dorf
Schulweg 6, 8610 Uster
043 466 94 51

Schulhaus Talacker 1
044 941 14 87

Schulhaus Talacker 2
044 941 22 29

Tagesschule Uster
Seestrasse 103, 8610 Uster
044 534 63 80

Berufsfachschule Uster, Wirtschaft und Technik – BFSU
Berufsschulstr. 1 044 943 64 11

Bildungszentrum Uster
Berufsschulstr. 1 044 943 64 11

Höhere Fachschule Uster
Berufsschulstr. 1 044 943 64 64

Japanische Schule in Zürich
Florastrasse 18a 044 941 15 54

Kantonsschule Uster
Krämerackerstr. 11 043 444 27 27

Kunst- u. Sportschule Zürcher Oberland
Pfäffikerstrasse 30 044 942 42 37
Schulleitung 044 942 42 72

Musikschule Uster-Greifensee
Apothekerstrasse 13 044 940 78 00

Schloss Schule AG
Schlossweg 1 044 94 2 07 04

Schulferien

Winterferien	Sportwoche	Frühlingsferien	Sommerferien	Herbstferien
Mo., 20.12.2021– So., 02.01.2022	Mo., 21.02.2022 – Fr., 04.03.2022	Fr., 15.04.2022 – Fr., 29.05.2022	Mo., 18.07.2022 – Fr., 19.08.2022	Mo., 10.10.2022 – Sa., 22.10.2022

Top Lehrstellen in der Region

Lehre als Sanitärinstallateur/in EFZ oder Haustechnikpraktiker/in EBA

Bist du technisch interessiert, handwerklich begabt und hochmotiviert?

- Seit 2006 sind wir die Spezialisten für Gebäudetechnik in Uster und Winterthur
- Ob Service, Umbau, Neubau oder Sanierung – wir bieten den vollumfänglichen Service für Private und Firmen
- Vom Badezimmer bis zur Wärmepumpe – bei uns packst du von Anfang an mit an!

Marzolo

Sanitär

Heizung

Solar

Marzolo & Partner AG
Jusuf Muaremi
Industriepark 3
CH-8610 Uster
Tel 044 905 60 80
info@marzolo.ch
www.marzolo.ch

Kalender

Januar 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
52						1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30
5	31						

Februar 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5		1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	13
7	14	15	16	17	18	19	20
8	21	22	23	24	25	26	27
9	28						

März 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9		1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13
11	14	15	16	17	18	19	20
12	21	22	23	24	25	26	27
13	28	29	30	31			

April 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
13					1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10
15	11	12	13	14	15	16	17
16	18	19	20	21	22	23	24
17	25	26	27	28	29	30	

Mai 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
17							1
18	2	3	4	5	6	7	8
19	9	10	11	12	13	14	15
20	16	17	18	19	20	21	22
21	23	24	25	26	27	28	29
22	30	31					

Juni 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
22			1	2	3	4	5
23	6	7	8	9	10	11	12
24	13	14	15	16	17	18	19
25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30			

Juli 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
26					1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	16	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31

August 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31	1	2	3	4	5	6	7
32	8	9	10	11	12	13	14
33	15	16	17	18	19	20	21
34	22	23	24	25	26	27	28
35	29	30	31				

September 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
35				1	2	3	4
36	5	6	7	8	9	10	11
37	12	13	14	15	16	17	18
38	19	20	21	22	23	24	25
39	26	27	28	29	30		

Oktober 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
39						1	2
40	3	4	5	6	7	8	9
41	10	11	12	13	14	15	16
42	17	18	19	20	21	22	23
43	24	25	26	27	28	29	30
44	31						

November 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44		1	2	3	4	5	6
45	7	8	9	10	11	12	13
46	14	15	16	17	18	19	20
47	21	22	23	24	25	26	27
48	28	29	30				

Dezember 2022

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48				1	2	3	4
49	5	6	7	8	9	10	11
50	12	13	14	15	16	17	18
51	19	20	21	22	23	24	25
52	26	27	28	29	30	31	

Gesetzliche Feiertage 2022

1. Januar Neujahr | **2. Januar** Berchtoldstag | **15. April** Karfreitag | **17. April** Ostern | **18. April** Ostermontag | **26. Mai** Auffahrt
5. Juni Pfingsten | **6. Juni** Pfingstmontag | **1. August** Nationalfeiertag | **25. Dezember** Weihnachten | **26. Dezember** Stephanstag

Gewerbe vor Ort

NACH DEM WINTER IST VOR DEM WINTER.

Die Energiezukunft der Schweiz macht keine Sommerpause.
Ist diese Botschaft auch in Ihrem Heizungskeller angekommen? 043 399 25 99

ammann SCHMID
HEIZEN MIT VERSTAND.

A

ALTERS- UND PFLEGE-ZENTRUM

Wohn- und Pflegezentrum Lichthof
Oberlandstr. 56, 8610 Uster
044 944 51 00
info@stiftung-lichthof.ch
www.stiftung-lichthof.ch
S. 24, 25

ARBEITSKLEIDUNG

Working Clothes R. Kleiner
Loren-Allee 14-16, 8610 Uster
044 544 23 52
www.workingclothes.ch
info@workingclothes.ch S. 16

ARCHITEKT

Architekten Team Zürich AG
Strandbadweg 5, 8610 Uster
044 261 57 04
info@architektenteam-zh.ch
www.architektenteam-zh.ch S. 1

AUGENOPTIK

Tschopp Optik AG
Brillen und Kontaktlinsen
Poststr. 6, 8610 Uster
044 994 31 20
info@tschoppoptik.ch
www.tschoppoptik.ch S. 1

C

COMPUTER

Cyberworld Multimedia
Zürichstr. 21, 8610 Uster
044 994 28 33
info@cmm.ch
www.cmm.ch S. 2

E

EDV

Cyberworld Multimedia
Zürichstr. 21, 8610 Uster
044 994 28 33
info@cmm.ch
www.cmm.ch S. 2

ENERGIE

Ammann + Schmid AG
Freiestr. 39, 8610 Uster
043 399 25 99
info@ammann-schmid.ch
www.ammann-schmid.ch S. 13

Energie Uster AG
Oberlandstr. 78, 8610 Uster
044 905 18 18
info@energieuster.ch
www.energieuster.ch US 4

ERDGAS

Energie Uster AG
Oberlandstr. 78, 8610 Uster
044 905 18 18
info@energieuster.ch
www.energieuster.ch US 4

ERNÄHRUNGSCOACHING

VivaBene! Monika Steuri
Gartenstr. 1, 8610 Uster
044 940 61 21
info@vivabene.ch
www.vivabene.ch S. 22

G

GÄRTNEREI

ryffel + ryffel ag
Brunnenstr. 14, 8610 Uster
044 942 10 40
info@ryffel-la.ch
www.ryffel-la.ch S. 19

H

HAUSTECHNIK

Neukom Marzolo AG
Industriepark 3, 8610 Uster
044 905 60 80
info@marzolo.ch
www.marzolo.ch
24h-Pikettdienst S. 11

HEIZUNGSINSTALLATIONEN

Ammann + Schmid AG
Freiestr. 39, 8610 Uster
043 399 25 99
info@ammann-schmid.ch
www.ammann-schmid.ch S. 13

HYPNOTHERAPIE

Jacqueline Tschudi
Zentralstr. 33, 8610 Uster
044 942 20 89
www.anmo-tuna.ch
www.hypnoseuster.ch
j.tschudi@bluewin.ch S. 22

K

KAFI

Flor Gastro West AG
Loren-Allee 20, 8610 Uster
043 366 58 12
info@restaurant-flor.ch
www.restaurant-flor.ch
US 2, S. 27

KONTAKTLINSEN

Tschopp Optik AG Brillen und Kontaktlinsen
Poststr. 6, 8610 Uster
044 994 31 20
info@tschoppoptik.ch
www.tschoppoptik.ch S. 1

L

LÜFTUNG

Stivo AG
Uster-West 40, 8610 Uster
043 444 23 10
info@stivoag.ch
www.stivoag.ch S. 16

M

MAHLZEITENSERVICE

Wohn- und Pflegezentrum Lichthof
Oberlandstr. 56, 8610 Uster
044 944 51 00
info@stiftung-lichthof.ch
www.stiftung-lichthof.ch
S. 24, 25

METZGEREI

Hotz Fleisch Wurst Traiteur AG
Zürichstr. 2, 8610 Uster
043 399 12 99
hotz@metzgerei-hotz.ch
www.metzgerei-hotz.ch.ch S. 2

P

PC

Cyberworld Multimedia
Zürichstr. 21, 8610 Uster
044 994 28 33
info@cmm.ch
www.cmm.ch S. 2

R

RESTAURANT

Flor Gastro West AG
Loren-Allee 20, 8610 Uster
043 366 58 12
info@restaurant-flor.ch
www.restaurant-flor.ch
US 2, S. 27

Restaurant Heimat
Gschwanderstr. 71, 8610 Uster
043 366 56 53
info@heimat-uster.ch
www.heimat-uster.ch S. 29

Restaurant Kastanie
Schulweg 7
8610 Uster
044 940 16 40
info@restaurant-kastanie.ch
www.restaurant-kastanie.ch S. 30

Ristorante Pizzeria Pöstli Da Mamma Lisetta
Poststr. 4, 8610 Uster
044 940 70 70
info@poestli-dml.ch
www.poestli-damammalisetta.ch
S. XX

ROLLSTUHLTAXI

Wohn- und Pflegezentrum Lichthof
Oberlandstr. 56, 8610 Uster
044 944 51 00
info@stiftung-lichthof.ch
www.stiftung-lichthof.ch
S. 24, 25

S

SOLARANLAGEN

Ammann + Schmid AG
Freiestr. 39, 8610 Uster
043 399 25 99
info@ammann-schmid.ch
www.ammann-schmid.ch S. 13

SPITEX

Spitex Stern GmbH
Grundstr. 20, 6343 Rotkreuz
0800 10 50 50
info@spitexstern.ch
www.spitexstern.ch US 2

SPORTBRILLEN

Tschopp Optik AG Brillen und Kontaktlinsen
Poststr. 6, 8610 Uster
044 994 31 20
info@tschoppoptik.ch
www.tschoppoptik.ch S. 1

TIERÄRZTE

Tierärzte Neuwiesen AG
Aathalstr. 4, 8610 Uster
043 466 90 19
www.tieraerzte-neuwiesen.ch US 3

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Jacqueline Tschudi
Zentralstr. 33, 8610 Uster
044 942 20 89
www.anmo-tuna.ch
www.hypnoseuster.ch
j.tschudi@bluewin.ch S. 22

TREUHAND

FILO Treuhand GmbH
Bahnhofstr. 2, 8610 Uster
044 940 94 17
info@filo-treuhand.ch
www.filo-treuhand.ch

W

WASSER

Energie Uster AG
Oberlandstr. 78, 8610 Uster
044 905 18 18
info@energieuster.ch
www.energieuster.ch US 4

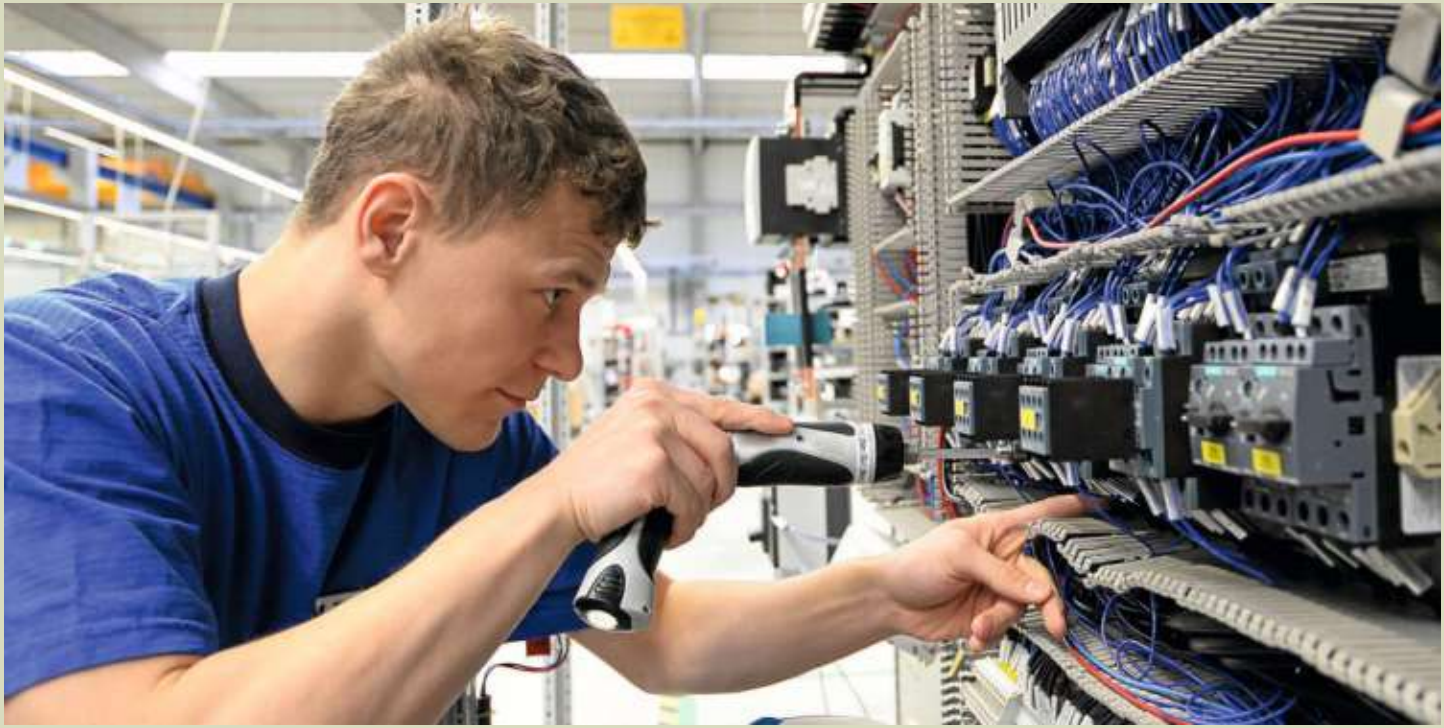
P·R·O·I·N·F·O

Lokal auffallen!

Nutzen Sie unsere Gemeinde Informationsbücher als regionale Werbeplattform – in rund 50 Städten und Gemeinden.

Wir beraten Sie gerne . . .
Tel. 032 628 20 00
edition@proinfo.ch
www.proinfo.ch

«Gwüsst ...»



stivoag
Heizung – Lüftung – Klima – Kälte
Uster – West 40, 8610 Uster
Tel. 043 444 23 10 Fax 043 444 23 11
Notruf 24 h 041 260 37 30
Wir empfehlen uns für die
Planung und Ausführung von Lüftungs-, Klima- und Kälteanlagen
Wartung und Unterhalt
MINERGIE
www.stivoag.ch info@stivoag.ch

WORKING CLOTHES
handwerkerbekleidung.ch
ONLINESHOP: WWW.ZUNFTKLEIDUNG.CH
FHB JOB EIKO
Arbeitskleidung + Werbetextilien
FLOR, Loren-Allee 14-16, Uster
Tel. 044 544 23 52
www.workingclothes.ch

Rund ums Haus

Öffnungszeiten

Mo - Fr: 8:00 - 12:00 Uhr / 13:30 - 17:30 Uhr
Sa: 8:00 - 16:00 Uhr

ryffel + ryffel

ryffel + ryffel ag
Gärtnerei
Brunnenstrasse 14
8610 Uster
Telefon 044 942 10 00
gaertnerei@ryffel-la.ch
www.ryffel-la.ch

gartenpunkt

Gesundheit und Wohlbefinden

Fachgesellschaften / Patientenorganisationen

Alzheimervereinigung Kanton Zürich 043 499 88 63
Forchstrasse 362, 8008 Zürich
info@alz-zuerich.ch, www.alz-zuerich.ch

Blinden- u. Sehbehindertenverband, Sekt. ZH 044 940 93 10
Oberlandstrasse 105, 8610 Uster
info@sbv-fsa.ch, www.sbv-fsa.ch

Diabetes-Gesellschaft Zürich 044 383 00 60
Hegarstrasse 18, 8032 Zürich
info@zdg.ch, www.zdg.ch

Fachstelle Sucht – SDBU 044 801 99 20
Industriestrasse 27, 8604 Volketswil
info@sdbu.ch, www.sdbu.ch

Krebsliga Schweiz, Kt. Zürich 0800 11 88 11
Freiestrasse 71, 8032 Zürich
info@krebsligazuerich.ch, https://zuerich.krebsliga.ch

Palliative ch 044 240 16 21
Bubenbergplatz 11, 3011 Bern
info@palliative.ch, www.palliative.ch

Parkinson Schweiz 043 277 20 77
Gewerbestrasse 12a, 8132 Egg
info@parkinson.ch, www.parkinson.ch

Pro Audito Zürich 044 202 08 26
Seestrasse 45, 8002 Zürich
info@proaudito-zuerich.ch, www.proaudito-zuerich.ch

Procap Züri-Oberland / Winterthur 044 940 97 09
Freiestrasse 29a, 8610 Uster
sekretariat@procap-zow.ch, www.procap-zow.ch

Rheumaliga Zürich 044 405 45 50
Badenerstrasse 585, 8048 Zürich
info.zh@rheumaliga.ch, www.rheumaliga.ch/zh

Verein Lunge Zürich 0800 07 08 09
Amtsstrasse 3, 8610 Uster
beratung@lunge-zuerich.ch, www.lunge-zuerich.ch

Tierärzte

Tierärzte Neuwiesen 043 466 90 19
Aathalstrasse 4, 8610 Uster US 3
info@tieraerzte-neuwiesen.ch, www.tieraerzte-neuwiesen.ch

Traditionelle Chinesische Medizin

Jacqueline Tschudi 044 942 20 89
Zentralstrasse 33, 8610 Uster
www.hypnoseuster.ch, j.tschudi@bluewin.ch S. 22

Spitex

Spitex Stern GmbH 0800 10 50 50
Grundstr. 20, 6343 Rotkreuz
info@spitexstern.ch, www.spitexstern.ch US 2

Die Liste mit Ustermer Ärzten finden Sie unter:
www.ustermer-aerzte.ch

HYPNOSE

- Blockaden lösen
- Selbstbewusstsein entwickeln
- Grundgefühl stärken
- Prüfungen gelassen angehen
- Ängste lösen
- Ressourcen verfügbar machen
- Kreativität entwickeln

PRAXIS FÜR CHINESISCHE MEDIZIN

Jacqueline Tschudi
Hypnotherapie

Zentralstrasse 33 8610 Uster 044 942 20 89
www.anmo-tuina.ch j.tschudi@bluewin.ch
www.hypnoseuster.ch

Mit VivaBene! leichter durchs Leben

VivaBene! heisst frei übersetzt «Leben Sie gut! Lassen Sie es sich gut gehen!» und ist ein Wunsch oder sogar eine Aufforderung, dass Sie sich körperlich und seelisch wohl fühlen und Freude am Leben haben!

Mit vielseitiger Ernährung und freier Atmung zu Wohlbefinden und Lebensqualität

Gerade in bewegten Zeiten wie diesen ist es umso wichtiger, dass wir gut zu uns schauen und uns selber Wertschätzung entgegenbringen.

Was möchten Sie erreichen? In welcher Hinsicht soll Ihr Leben leichter werden?

- Gewichtsreduktion
- Leistungsfähigkeit im Alltag (Beruf, Familie und Freizeit)
- Körperliches Wohlbefinden und Vitalität
- Gesundheit und Beschwerdefreiheit
- Unternehmenslust (Wandern, Velofahren usw.)
- Den Alltag ohne Atemnot meistern (z.B. ohne Probleme Treppensteigen mit Einkaufstaschen)
- Ruhiger und erholsamer Schlaf durch weniger Schnarchen
- Erholsamer Schlaf ohne CPAP-Maske bei Schlafapnoe

Wie kann VivaBene! Sie unterstützen:

- Persönliches Ernährungscoaching mit vielseitiger Ernährung für mehr Freude und Genuss beim Essen
- Atemmuskeltraining mit dem Idiag P100 respektive dem Spiro-Tiger für befreites Durchatmen, bessere Leistungsfähigkeit und ruhigeren Schlaf (weniger Schnarchen/ Schlafapnoe).

KONTAKT

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin für ein Erstgespräch mit Bedarfsanalyse zum Kennenlernpreis von 25.– Fr. (Wert 100.- Fr.) (Tel. 044 940 61 21, E-Mail info@vivabene.ch)

Weitere Infos unter www.vivabene.ch

VivaBene!
leichter durchs Leben

VivaBene!
Monika Steuri, Dipl. Natw. ETH,
Dipl. Ernährungscoach, Idiag Center Respiration
Gartenstrasse 1, 8610 Uster

Monika Steuri VivaBene! Uster

Soziales

Stiftung Lichthof

So schön wohnen Sie … ruhig und doch mitten drin, wo sich das Leben abspielt.

ZIMMER

Der Lichthof verfügt über 40 grosszügige Einerzimmer und 6 Ehepaar-/Doppelzimmer mit sonnigem Balkon und eigenem Bad.

Pflege Wohnen

Bei uns ist eine optimale und vielseitige Betreuung und Pflege auch für schwerste Pflegefälle gewährleistet.

Demenzabteilung

In unserer geschützten Wohneinheit betreuen wir bis zu 16 Menschen mit Herz und Kompetenz.

TAGESAUFENTHALT

Zur Entlastung der betreuenden Angehörigen bieten wir pflegebetreute, aktive und abwechslungsreiche Tagesaufenthalte an. Hier trifft man sich und knüpft soziale Kontakte.

GASTRONOMIE

In unserer ruhig gelegenen Cafeteria fühlt sich Jung und Alt wohl. Die grosse Terrasse mit Spielmöglichkeiten lädt zum Verweilen ein. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

MAHLZEITEN-SERVICE

Unsere täglich frisch zubereiteten feinen Mahlzeiten werden von uns bei Ihnen zuhause warm angerichtet.
Mittagessen – Lieferung ab 11 Uhr – Vorspeise, Hauptgericht (mit Fleisch oder vegetarisch) – Mittwoch und Sonntag mit Dessert
Nachtessen – Lieferung ab 11 Uhr – Vorspeise, Hauptgericht (mit Fleisch oder vegetarisch)
Gerne gehen wir auch auf individuelle Wünsche ein.

Stiftung Lichthof
Wohn- und Pflegezentrum
Oberlandstrasse 56, 8610 Uster
044 944 51 00
www.stiftung-lichthof.ch

TRANSPORTE

Rollstuhltransporte

Wir bieten kostengünstige Transportmöglichkeiten zur Erleichterung des Alltags an.

Rikscha

Geniessen Sie eine abenteuerliche Rikscha-Fahrt!

Lichthof
umsorgt | persönlich | vielseitig

Gut essen

FLOR
KAFI • BAR
RESTAURANT

Loren-Allee 20, Uster

Täglich frisch zubereitete, innovative Mittagsmenüs, abends à la Carte, verschiedene Dessertvariationen, regelmässig indisches Buffet - ideal für Gesellschaften, schönes Ambiente, ruhiger, sonniger Aussenplatz.

Reservationen nehmen wir gerne telefonisch entgegen. Wir freuen uns auf Sie!

Mo	geschlossen
Di – Fr	09.00 – 22.00 h
Sa	10.00 – 22.00 h
So	geschlossen

T 043 366 58 12

www.restaurant-flor.ch

Baileys-Torte

ZUTATEN FÜR 8–10 STÜCK

2.5 dl	Qimiq, cremig rühren
1	Biskuit-Boden, halbiert
5 dl	Vollrahm
2 Päckli	Rahmhalter
6 EL	Baileys
4–5	Meringues
	Schokladenpulver

ZUBEREITUNG

- Qimiq und Vollrahm mit Rahmhalter mixen
- 2 Meringues zerdrücken und mit dem Baileys zu einer Masse vermischen
- Biskuit-Boden auf Tortenplatte legen, nach Belieben mit Baileys beträufeln
- 2/3 der Masse gleichmässig darauf verteilen
- Tortendeckel mit Baileys beträufeln und darauflegen
- restliche Masse auf und um die Torte verteilen
- Torte mehrere Stunden im Kühlschrank kühl stellen

- Vor dem Servieren 2–3 Meringues zerdrücken und über die Torte verteilen
- mit wenig Schokoladenpulver bestäuben.

Torte im Kühlschrank aufbewahren!

Ristorante Pizzeria Pöstli
Da Mamma Lisetta

Poststrasse 4 | 8610 Uster | Telefon 044 940 70 70
info@poestli-dml.ch | www.poestli-damammalisetta.ch

In allen süditalienischen Familien ist die Küche der Mittelpunkt des Hauses und auch bei uns war das so. Da stand Mamma Lisetta täglich und zauberte mit dem frischen Gemüse, den sonnengereiften Früchten und der selbstgemachten Pasta unsere Leibgerichte auf den Teller. Die Liebe zum Kochen hat sie uns auf den Weg mitgegeben.

GRAZIE MAMMA

Mit der gleichen Begeisterung und Liebe möchten wir Sie auf eine kulinarische Reise durch Süditalien mitnehmen. Unkompliziert, gemütlich und saisonal.

Bei uns erwartet Sie eine gutbürgerliche und schmackhafte Küche. Für die Zubereitung unserer Speisen verwenden wir praktisch ausschliesslich Lebensmittel aus nachhaltiger Produktion von regionalen Lieferanten. Diese Partner versorgen uns täglich mit Ware von einwandfreier Qualität. So entsteht eine Symbiose, die nicht nur im kulinarischen Sinne, sondern auch in ökologischer Hinsicht Freude macht.

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 8.30 bis 23.00 Uhr
Samstag: 10.00 bis 18.00 Uhr
Sonntag: 10.00 bis 18.00 Uhr

- gastfreundliches, ansprechendes Ambiente, sonnige, ruhige Lage, hundefreundlich, Gartenwirtschaft, Vereinslokal
- täglich Mittagsmenüs
- durchgehend Küche
- saisonale Gerichte
- feine hausgemachte Desserts und Glace
- Lunch
- Unsere Hausspezialität:
  Hamburger und Pouletflügeli aus dem Ofen
- Sonntags auf Vorbestellung ab 15 Personen – „Röstizmorge“
- traumhaft schöne Gartenterrasse
- Besonderes: Beamer für Präsentationen vorhanden
- jeden Dienstag ist das Restaurant ab 19.00 Uhr geschlossen und speziell reserviert für:
  – am 1. und 3. Dienstag des Monats, ab 19.30 Uhr für die Jasser (Preisjassen)
  – am 2. und 4. Dienstag des Monats, ab 19.30 Uhr ideal für geschlossene Gesellschaften und Generalversammlungen ab 15 Personen

Ihren Anlass nehmen wir persönlich …
ob Jubiläum, Vereinshöck, GV, Leidmahl etc.

RESTAURANT ZUR KASTANIE

Abramo Danese
Telefon 044 940 16 40 | Schulweg 7 | 86 10 Uster
info@restaurant-kastanie.ch | www.restaurant-kastanie.ch

Öffnungszeiten
Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag: 11–14 Uhr u. 17.30–23 Uhr
Freitag: 11–14 Uhr u. 17.30–24 Uhr | Samstag: 17–24 Uhr
Sonntag: geschlossen

WILLKOMMEN IM RESTAURANT ZUR KASTANIE

Meine Liebe zum Essen und die Passion für die italienische Küche entstanden in Apulien, wo ich in einer Fischersfamilie mit 9 Kindern in Monopoli aufgewachsen bin. Schon als kleiner Junge fuhr ich mit meinem Vater auf's Meer hinaus und kam mit frischen Fischen, Muscheln und Krebsen nach Hause. Auf dem Bauernhof meiner Grosseltern lernte ich Zitrusfrüchte, Oliven und frische Trauben kennen. Ich freute mich über jeden Marktbesuch mit meiner Mutter und bestaunte das saisonale Angebot an Käse, Fleisch und Gemüse.

All diese Düfte und Geschmäcker weckten in mir die Faszination für die Kunst des Kochens. Mit der ganzen Familie am grossen Tisch einfache und authentische Speisen zu geniessen, bedeutet für mich pure Freude. Mein Anliegen ist es, Ihnen im Restaurant zur Kastanie diesen Genuss und dieses Lebensgefühl der „italianita" zu vermitteln.

Unser Angebot an Produkten ist saisongerecht und abwechslungsreich gestaltet. Alle Speisen – hausgemachte Pasta, die Biscotti, Dessert und Gelati werden in unserem Hause täglich frisch zubereitet.

Nun heisse ich Sie herzlich willkommen im Restaurant zur Kastanie und wünsche Ihnen „Buon appetito". Abramo

Insalata di polpo

QUANTITA PER 4 PERSONE

- 1 Polpo arricciato (il mio 500 gr)
- acqua
- sale grosso

PER IL CONDIMENTO

- 2 limoni bio
- 1 mazzo di prezzemolo fresco
- 1 rametto di time limone o menta fresca
- 2–3 cucchiai di olio extravergine (1 cucchiaino a porzione per un Polpo all'insalata dietetico)
- zenzero fresco
- 1 spicchio d'aglio (facoltativo se vi piace)
- sale
- pepe

Vereine

A

Abenteuerspielplatz Holzwurm
www.holzwurm-uster.ch

Absatz und Gloria Frauenchor

Actwid Schweiz

agglo-theater Uster
www.agglo-theater.ch

Akkordeus
www.akkordeus.ch

akku künstleratelier Uster
www.akkuuster.ch

Aktive Geschäftsfrauen Uster S. 36
www.aktivegeschaeftsfrauenuster.ch

Alphorngruppe Uster
www.alphorngruppe-uster.ch

amiamusica
www.amiamusica.ch S. 36

Ameisli EXPLOSIV Uster

Amude /Syrien

Andreas-Chor
www.andreaschoruster.ch

Anthroposophische Gesellschaft

Associazione Famiglia Lucana

Associazione Pugliese
www.apuster.com

A.V.I.S.
www.avis-svizzera.ch/uster S. 37

B

Badminton-Club Uster
www.bc-uster.ch S. 37

Bandi Uster
www.bandi-uster.ch

Bashkimi – Albanischer Verein
www.bashkimi.ch

Basketball Club Korac Uster
www.bckorac.ch

Besuchsdienst Uster S. 38
www.besuchsdienst-uster.ch

Bharatheeya Kalalayam Switzerland
www.bharatheeyakalalayam.org

Big Band Uster
www.bigbanduster.ch

Blaskapelle Oerlike
www.bkoe.ch

Boccia Club Uster

Boxclub Uster
www.boxclubuster.ch

Brasil-Uster-Tropical
www.brasil-uster-tropical.ch

Bündner Verein

C

Cantapè Vokalensemble
www.cantape.com

Capoeira Art e Equilibrio
www.capoeiraarteequilibrio.com

CESIU
www.cesiu.ch

Cevi Uster (CVJM/CVJF)
www.cevi-uster.ch S. 38

Chelä Chafler Unihockey

Chin Woo Kung-Fu-Schule Uster
www.chinwoo-uster.ch

claro Weltladen uster
www.claro.ch

Colonia Libera Italiana

Country Friends Züri Oberland
www.countryfestival-uster.ch

D

Damenturnverein Uster S. 39
www.maedchenriege-uster.ch

Dorfverein Freudwil

Dorfverein Sulzbach
www.sulzbach.ch

Dorfverein Wermatswil
www.wermatswil.ch

E

EHC Uster
www.ehc-uster.ch

Ein Herz für Telethon

Eisenbahn-Amateure Uster – EAU
www.eau-uster.ch

Electro Swing
www.electroswing.ch

Elements of Rock
www.elementsofrock.ch S. 39

Elternbildung Uster – ebu
www.elternbildung-uster.ch

Esperanto-Gesellschaft Zürich
www.esperanto.ch/zurkio

Extremefun.ch
www.extremefun.ch

F

FC Rot Weiss Winikon
www.fc-rw.ch

FC Tokusspor

Feuerwehrverein Uster
www.fwvu.ch

FG Humoria
www.humoria-uster.ch S. 40

FGV Autoschau Uster
www.fachgaragenuster.ch

filacro fielzelt
www.filacro.ch

Filmclub Uster
www.filmclubuster.ch

Fitness im Talacker

FK Crvena Zvezda Uster

Flor 49 / tRaum
www.gRaum.ch

Fokus
www.fokusonline.ch

Förderverein Regionalität & Kultur

FR Soccer
www.footrebel.com

Frauenturnverein Uster
www.ftv-uster.ch S. 40

Frauenturnverein Winikon/ Gschwader

Frauenverein Nänikon–Werrikon
www.frauenverein-naenikon.ch

Frauenverein Niederuster

Frauenverein Oberuster-Nossikon

Frauenverein Sulzbach

Frauenverein Uster
www.frauenverein-uster.ch S. 41

Freak n'hot Company Chochclub Nänikon-Griifesee
www.freaknhot.ch

Freie Bühne – FBU
www.fbu.ch

Freilichtspiele Zürcher Oberland
www.freilichtspiele-zo.ch

Freizeitsportler.ch
www.freizeitsportler.ch

Freizeit- u. Jugendzentrum – frjz
www.frjz.ch

Fûirvolc
www.fuirvolc.ch

Future Mobility
www.futuremobility.ch

Fussballclub Uster
www.fcuster.ch S. 41

Für weiterführende Informationen siehe Vereinsseiten der Stadt Uster
www.uster.ch/de/gesellschaftbildung/gesellschaft/vereinsliste/welcome.php

G

Galerie Gleis 2
www.gleis2-galerie.ch

Gemeindeverein Nänikon
www.naenikon.ch

Gemischter Chor Nänikon

Genossenschaft Lokremise Uster
www.lokremise-uster.ch

Gesellschaft für Natur- und Vogelschutz – GNVU
www.gnvu.ch

Gewerbeverband
www.gvuster.ch

glowbalAct
www.glowbalact.ch

Golfclub Schloss Uster – GCSU
www.golfclubschlossuster.ch S. 42

Gospelchor Mezzoforte Uster
www.gospelchor-uster.ch

Gospel Singers
www.gospel-singers-uster.ch

GRAPHOS
www.graphosuster.ch

Greifensee Dragons
www.greifensee-dragons.ch S. 42

Greifensee Stiftung
www.greifensee-stiftung.ch S. 43

Grütli Feldschützen Uster – GFU
www.fuirvolc.ch

Gruppo Donne Uster

H

Heilsarmee Zürich-Oberland S. 43
www.heilsarmee-zh-oberland.ch

H.E.L.P.
Help Ensures Life & Prosperity
www.help-us-2help.com

Herzkern Uster
www.herzkern-uster.ch

Highlanders' Linguist Club
www.highlanders.ch

Hinterhalt Festival Uster
www.hinterhalt.ch

Hörfilm Schweiz
www.hoerfilm-schweiz.ch

Hort Im Lot
www.hortimlot.ch

Hundeschule Uster u. Umg.
www.wolfschool.ch

Hundesport Uster u. Umg.
www.hundesport-uster-umgebung.ch

Hundesport-Club Sulzbach

I

IG Culturescapes Uster

IG Räbeliechtli Nänikon

IG Stadtpark

IHC Uster Hornets
www.ihcu.ch

Il Sorriso

Imkerverein Bezirk Uster
www.bienen-uster.ch

Indonesian Karate Uster
www.indonesiankarate.ch

insieme Zürcher Oberland
www.insiemezo.ch S. 44

IPSIM Institut
www.ipsim.ch

Irakisches Zentrum f. Kultur u. Sport

J

Jahrgängerverein 1926–1935

Jahrgängerverein 1936–1945
www.jv36-45.ch

Jahrgängerverein 1946–1955
www.jgv4655.ch

Jahrgängerverein 1956–1965
www.jgv5665.ch

Jam im Park

Jazzclub Uster
www.jazzclubuster.ch

Jubla Uster
www.jubla-uster.ch S. 44

Judo Club Uster
www.judo.ch

Jugendfeuerwehr Bezirk Uster
www.jugendfeuerwehr.ch

Jungschar der evang.-meth. Kirche
www.jsmoosburg.jemk.ch

Juventus Club DOC Uster
www.juventusclubuster.ch

K

Kammerorchester Uster S. 45
www.kammerorchesteruster.ch

Kanal 8610
www.kanal8610.net

Kantorei der evang.-ref. Kirche
www.kantorei-uster.ch

Karate Kai Uster
www.karate-uster.ch

Kinder m. seltenen Krankheiten – gemeinnütziger Förderverein
www.kmsk.ch

Kinder- u. Jugendtheater Merlin
www.merlintheater.ch

Kinderhaus Mary Poppins
www.kinderkrippe-uster.ch

Kinderturnen des DTV Uster S. 45

Kino 2
www.qtopia.ch

Kita Muulwurf Uster
www.muulwurf.ch

Kiwanis Club Uster
www.kiwanisuster.ch S. 46

Klassik im Schloss
www.klassikimschloss.ch

Kleinjogg Kulturverein
www.kleinjogg.ch

Kleintierzüchter Uster-Pfäffikon

Kultur für Kinder – KufKi
www.kufki.ch

Kulturgemeinschaft Uster
www.kgu.ch

KulturOnTour – Sektion Uster
www.kulturontour.ch

Kulturzeughaus Uster

Künstlergruppe Uster

Kunstradfahrer Uster
www.kunstradfahrer-uster.ch

L

landauf-bachab
www.landauf-bachab.ch

Laoten in der Schweiz

Lebensqualität Uster West
www.vluw.ch

Leichtathletik-Club Uster
www.lcu.ch S. 46

Lesekreis

Lions Club Zürcher Oberland
www.lionclubs.ch

Ludothek Uster
www.ludothek-uster.ch

M

Mädchenriege des DTV Uster
www.mädchenriege-uster.ch

Männerchor Niederuster

Männerchor Oberuster

Männerriege des TV Uster
https://sites.google.com/site/maennerriegeuster/ S. 47

Männerturnverein Uster S. 47
www.msug.ch

Mellow
www.mellow-party.ch

Militärspiel Uster
www.militaerspiel-uster.ch S. 48

Modellfluggruppe Uster
www.mg-uster.ch

Movity Tanzdach
www.movity.ch

Muaythai Allianz Uster

MuKi Turnen d. FTV Uster
www.ftv-uster.ch S. 48

Musikschule Uster Greifensee
www.musikschule-msug.ch S. 49

Mütterzentrum Uster
www.mueze-uster.ch

N

Natur und Sport Uster
www.naspo.ch

Non-Resident Nepali Association Switzerland
www.nrn-switzerland.org

O

Österreicherverein Uster

Offiziersgesellschaft Zürcher Oberland
www.ogzo.ch

Open Air für Uster
www.h2u-openair.ch

Orchester Die Senioriker

Orgelfestival Uster
www.orgelfestival.ch

Ortsverein Riedikon
www.riedikon.ch

Ortsverein Werrikon
www.werrikon.ch

P

Paarberatung im Bezirk Uster
www.pfbuster.ch

pam! Platz Für Andere Musik Uster
www.pam.nu

Panflötenverein Zürcher Oberland
www.panfloetenverein-zh.ch S. 49

Pavillon Nouvel
www.laboite-uster.ch

Pfadi Uster-Greifensee S. 50
www.pfadi-uster-greifensee.ch

Pink Ladies Cheer S. 50
www.pink-ladies-cheer.ch

Pfeifenclub Uster
www.pcuster.ch

Philatelistenverein Uster

Pro Jugend Uster

Pro Schifflände
www.schifflaende-uster.ch

Pro Senectute Ortsvertretung Uster

Proberaum Turicaphon

Procap Zürich
www.procap-zuerich.ch

ProSport Uster
www.prosportuster.ch

Püntenpächtervein Herracher-Nossikon

Püntenverein Blindenholz

Püntenverein Mühleholz

Püntenverein Oberriet

Püntenverein Winikerwiesen
www.pvw-uster.ch

Q

Quartierverein Kirch-Uster
www.kirchuster.ch

Quartierverein Niederuster
www.qv-niederuster.ch

Quartierverein Oberuster-Nossikon
www.oberuster-nossikon.ch

Quartierverein Rehbüel-Hegetsberg
www.qvrh.ch

Quartierverein Winikon-Gschwader
www.winikon-gschwader.ch

R

Radfahrerverein Uster
www.radfahrerverein-uster.ch

Radio15.ch
www.radio15.ch

Ramba-Zamba Kinderbetreuung
www.ramba-zamba.ch

Rebzunft Uster
www.rebzunft-uster.ch

Refugium Uster

Reitverein
www.reitverein-uster.ch

REMAR Schweiz
www.remar.ch

Rollsportclub Uster
www.rscu.ch

Rollstuhlclub Züri Oberland
www.rczo.ch

Ruderclub Uster
www.rcuster.ch

S

Sängerbund Uster
www.saengerbund-uster.ch

Salsa On2 Happenings S. 51
www.salsaon2happenings.ch

Samariterverein Uster
www.samariterverein-uster.ch

Satus-Sportclub Uster Kunst- u. Geräteturnen
www.satus-uster.ch

Schiessverein Nänikon
www.sv-naenikon.ch

Schlossberg Musikanten Uster
www.sbmu.ch

Schülerorganisation Kantonsschule Uster

Schützengesellschaft Uster
www.sg-uster.ch

Schw. Arbeitsgesellschaft gegen destruktive Kulte – SADK
www.sadk.ch

Schweiz. Auto- und Motorradfahrer-Verband – SAM, Sektion Uster
www.sam-uster.ch

SchwimmClub Uster Masters
www.scuma.ch

SchwimmClub Uster-Wallisellen
www.scuw.ch

Segelclub vom Greifensee
www.scvg.ch

Selbsthilfeorganisation f. Menschen m. Analatresie u. Morbus Hirschsprung – SAM Suisse

Senioren-Netz S. 51
www.seniorennetz-uster.ch

Seniorenchor Uster
www.seniorennetz-uster.ch/Kurse/Angebote/Seniorenchor

Seniorenrat Uster
www.seniorenrat-uster.ch

Seniorinnenturnen des FTV Uster
www.ftv-uster.ch S. 52

Serbischer Kulturvereien «Nicola Tesla» Uster
www.tesla-uster.ch

SKEMA Uster
www.skema.ch

Skiclub Uster
www.skiclub-uster.ch

SLM Festival
www.swiss-slm.ch

Smiles4Africa
www.smiles4africa.ch

Smolballclub Uster
www.smolball-uster.ch

Sopita, Sektion Schweiz – Hilfe für Peru
www.sopita.org

Sparverein Bumerang

Spielmobil Uster
www.spielmobil-uster.ch

Sportclub Nänikon
www.scn.ch

Sportclub Quick
www.scquick.ch

Sportfischerverein am Greifensee
www.sfvg-uster.ch

quash Club
www.squashclub-uster.ch S. 52

Stadtjodler Uster

Stadtjugendmusik Uster
www.sjmu.ch

Stadtmusik Uster
www.smuster.ch S. 53

Stadtregion S5
www.stadtregion-s5.ch

Stiftung Eisenbahn-Sammlung
www.eisenbahnsammlung.ch

Stop-Fighter Dart Club Uster
www.stop-fighter.ch

Stop Tigers' Uster

Supporter Vereinigung FC Uster

swing4Joy Tanzkurse
www.swing4joy.ch

SwissJazzOrama
www.jazzorama.ch

Studienkreis Zürcher Mineraliensammler – SZM
www.szm.ch

T

Taekwondo Uster
www.taekwondo-uster.ch

Tambourenverein der Stadt Uster
www.tambourenvereinuster.ch

Tamilischer Verein Uster

Ten Sing Uster
www.coolplus.ch/tensing

Tennisclub Blau-Weiss Uster
www.tcbwu.ch

Tennisclub Park am Aabach
www.tcpaa.ch

Tennisclub Uster
www.tcuster.ch

Terre des hommes Dörfli Uster

Thailändischer Verein
www.wiang-phing.ch

Theaterverein Siegelring
www.facebook.com/siegelring?ref=hl

Theater Studio Synthese
www.theatersynthese.ch

The Bebop Cadillacs
www.thebebopcadillacs.ch

Tibetische Frauenorganisation in der Schweiz
www.tfos.ch S. 53

Tierschutzverein Uster u. Umg.
www.strubeli.ch

Tischtennisclub Uster
www.ttcuster.ch

Trachtengruppe Zürcher Oberland / Trachtenchörli

Transkulturelles Uster – trust

TriRebels Suisse
www.trirebels.ch

Tropicool Music School

Türkischer Kulturverein
www.tkvu.ch

TV Uster Handball red Drgons
www.tvu.ch S. 54

Turnveteranen Uster

U

Uferschutz Uster

UHC Uster
www.uhcuster.ch S. 54

Ungarischer Freundeskreis Délvidéki Magyarok Baràti Köre

Union Española de Uster

Unteroffiziersverein Uster
www.1861.ch

Uschteröpfel

Uster Event / Uster on Ice
www.uster-on-ice.ch

UsterKreativ
www.usterkreativ.ch

Ustermer Drehorgel-Spatzen

Ustermer Turmbläser
www.militaerspiel-uster.ch S. 55

Uster-Messe
www.uster-messe.ch

Uster plus
www.usterplus.ch

Uster Tourismus
www.uster-tourismus.ch

V

velokultouren.ch
www.velokultouren.ch

Verband zum Schutz des Greifensees
www.greifenseeschutz.ch

Verein für Prävention u. Drogenfragen Zürcher Oberland – vdzo
www.sucht-praevention.ch

Verein Konkret
www.verein-konkret.ch

Vereinigung zur Betreuung Schwerkranker Zürcher Oberland – VBSZO
www.vbszo.ch S. 55

Vereinswösch
www.vereinswösch.ch

Villa Grunholzer
www.villagrunholzer.ch

Vivagym
www.vivagym.ch

Volley Uster
www.volley-uster.ch

Voltige-Club Harlekin
www.voltige-harlekin.ch

Voltigeverein Calimero
www.voltige-calimero.ch

W

windSurf Club Uster

WingTsun Uster
www.wingtsun.ch/uster

Winiker Rösti Crew

Wirtschaftsforum Uster
www.wfu.ch

WAC – International Family Club and Learning Tree School
www.wac.ch S. 56

Z

zapzarap Theater / A-cappella
www.zapzarap.ch

Zeughaus Uster
www.zeughaus-uster.ch

Zigarrenclub Figurado
www.figurado.ch

Zürcher Oberländer Frisbee Syndikat
www.zof.ch

Zürcher Oberländer VäterVerein – ZOVV, Uster
www.zovv.ch S. 56

Züri-Oberländer Theaterverein – LAWUA
www.lawua.ch

Zürisee Hurricanes
www.zueriseehurricanes.ch

Aktive Geschäftsfrauen Uster (AGU)

Der Verein «Aktive Geschäftsfrauen Uster» bietet selbständig erwerbenden Frauen und Geschäftsinhaberinnen eine Plattform, um Informationen auszutauschen und ein Netzwerk aufzubauen.
Die Mitglieder kommen aus den Bereichen Dienstleistung, Gesundheit, Schönheit, IT, Handel und Handwerk.
Jährlich vier bis fünf Geschäftsvorstellungen in den eigenen Betrieben und monatliche Treffen sind wichtige Pfeiler der gemeinsamen Netzwerkpflege. Der Verein «Aktive Geschäftsfrauen Uster» ist ein vielseitiger, aktiver Verein mit starken Frauen, die den gemeinsamen Auftritt in der Öffentlichkeit schätzen.

GEGRÜNDET
2013

MITGLIEDER
40

KONTAKT
Barbara Langenberger
077 411 28 04
aguster@bluewin.ch
www.AGUster.ch

amiamusica

Wir sind amiamusica – ein Verein von und für Frühgeborene und ihre Familien. Wir engagieren uns ehrenamtlich für Musik für zu früh und krank geborene Kinder sowie ihre Eltern. Warum?
Weil Musik eine Urform menschlichen Zusammenseins ist. Musik hilft dort, wo Sprache an Grenzen stösst. Mit Musik lassen sich Gefühle ausdrücken. Musik hilft, sich zu entspannen. Musik verbindet, tröstet, spendet Freude und Kraft. Musik ist einfach gesund – und wirkt therapeutisch bei herausfordernden Situationen wie einer Frühgeburt. amiamusica bringt betroffene Eltern und Kinder, Fachleute im Gesundheits-, Sozial- und Bildungswesen, Medienschaffende, Forschende sowie Fördereinrichtungen zusammen. Alles rein ehrenamtlich und spendenfinanziert. Jede Spende geht direkt in Projekte wie unsere Liederbücher und das Musik-Picknick für betroffene Familien. Ziel ist es, Eltern-Erfahrungen und -Stimmen zu erheben bzw. zusammenzuführen, um ebenfalls betroffenen Eltern Einblick in die Fördermöglichkeiten mit Musik zu geben. Dies geschieht unter anderem über die Online-Plattform https://amiamusica.ch. Schauen Sie vorbei, diskutieren Sie mit!
Wir freuen uns auf Ihre Beiträge!

GEGRÜNDET
2017

PRÄSIDENT
Friederike Haslbeck

MITGLIEDER
23

KONTAKT
Friederike Haslbeck
078 708 18 62
friederike.haslbeck@icloud.com
www.amiamusica.ch

AVIS (italienischer Verein freiwilliger Blutspender)

Der Blutspenderverein AVIS Uster wurde 1976 gegründet. Damals war das einzige Ziel, die Mitbürger zu überzeugen, dass Blutspenden nicht nur ein humanitäres Geschenk ist, sondern auch eine bürgerliche Pflicht. In Uster, einer Stadt mit vielen Kulturen und Nationalitäten, wurde unser Verein zu einem Treffpunkt der unterschiedlichsten Leute. Der Grundsatz in unseren Statuten heisst, «ohne Unterschied der Rasse, der Religion, der Nationalität, der politischen Überzeugung», d.h. eine offene Tür für alle. Dank der verschiedenen Aktivitäten unserer Sektion wie: Konzert im Stadthofsaal (un palco all'opera), und die Blutspende-Aktionen können wir immer im Kontakt mit der Bevölkerung bleiben und unseren Verein präsentieren.

GEGRÜNDET
1976

PRÄSIDENTIN
Graziella Rubli

MITGLIEDER
146

KONTAKT
Graziella Rubli
044 954 06 00
marsetti.graziella@bluewin.ch

Badminton Club Uster

Als grösster Badmintonclub in der Region bietet der BC Uster für nahezu alle Badminton-Enthusiasten einen Platz. Wir stellen Mannschaften von der Nationalliga B bis zur 5. Liga. Einsteiger sind bei uns ebenso willkommen wie erfahrene Wettkämpfer. Unsere Mannschafts-Wettkämpfe führen wir an Wochenendtagen im Badmintoncenter Blue Shuttle in Uster durch. An solchen Tagen finden mehrere Liga-Begegnungen statt. Diese Spiele können ohne Eintritt besucht werden. In den letzten Jahren haben wir uns einen überregionalen Bekanntheitsgrad für vorbildliche und umfassende Juniorenförderung erarbeitet. Dabei priorisieren wir bewusst keine Stärkeklasse, sondern sind ein Verein für alle. Ob nationale Spitze oder einmal in der Woche etwas Bewegung als Ausgleich zur Schule, bei uns haben sie alle ihren Platz.
Wir bieten Montag, Mittwoch und Freitag ein geleitetes Juniorentraining. Zusätzlich bieten wir alle 3 Wochen ein Mädchen-/Jungstraining und ein Training getrennt nach Altersklassen. Zudem besuchen wir mit den Junioren die regionalen Schülerturniere und stellen ein Team in der Juniorenliga. Diverse Events und Ausflüge für alle Altersklassen runden unser vielfältiges und kollegiales Clubleben ab.

GEGRÜNDET
1982

PRÄSIDENTIN
Lisa Krattiger

MITGLIEDER
160

KONTAKT
Mynarack Ou
078 918 45 38
mynarack.ou@bc-uster.ch
www. bc-uster.ch

Besuchsdienst Uster

Der Besuchsdienst Uster ist seit bald 25 Jahren in Uster tätig und seit drei Jahren ein Verein.
Finanziert wird dieser durch die reformierte und die katholische Kirche, die Pro Senectute und die Stadt Uster. In unserem Verein werden keine Einzelmitglieder aufgenommen. Die drei erstgenannten Institutionen stellen jeweils drei bis vier Delegierte, davon ist mindestens eine Person im Vorstand vertreten. Die rund 80 Freiwilligen sichern soziale Kontakte für Menschen, welche in Heimen oder zu Hause leben und allein nicht mehr am gesellschaftlichen Leben teilhaben können. Durch regelmässige Besuche bereichern die Freiwilligen den Alltag dieser Menschen mit kurzweiligem Beisammensein, Spaziergängen oder Spielen. Alle unsere Freiwilligen besuchen einen eineinhalbtägigen Einführungskurs und werden dort auf die anspruchsvolle Aufgabe vorbereitet. Mit Erfahrungsaustauschen, Weiterbildungen und einem Adventsanlass ist auch für Geselligkeit unter den Freiwilligen gesorgt. Die operative Leiterin ist für den reibungslosen Ablauf innerhalb des Besuchsdienstes verantwortlich und damit Ansprechpartnerin für die Freiwilligen wie auch für die zu Besuchenden.
Der Besuchsdienst Uster freut sich über neue Freiwillige und neue Besuchende.

GEGRÜNDET
2018

PRÄSIDENTIN
Beatrice Spörri

MITGLIEDER
9

KONTAKT
Susanne Neuenschwander
044 941 72 82
info@besuchsdienst-uster.ch
www.besuchsdienst-uster.ch

Cevi Uster (CVJM/CVJF)

Sinn und Zweck
Der Cevi Uster ist eine christlich überkonfessionelle Organisation und möchte christlichen Glauben und Werte in seinen Programmaktivitäten auf eine offene, altersgerechte Art und Weise thematisieren. Der Mensch steht im Mittelpunkt und die Gemeinschaft ist bei unseren Aktivitäten von grosser Bedeutung.
Leitspruch: Wir trauen Gott, den Menschen und uns Grosses zu.

Aktivitäten
Die Cevi-Fröschli, Mädchen und Buben im Kindergartenalter, treffen sich monatlich und erleben im Basteln, Spielen und Draussensein gemeinsam biblische Geschichten. Kinder ab der ersten Klasse und Jugendliche erleben in der Jungschar jeden Samstagnachmittag verbindende Gemeinschaft in alters- und geschlechtergetrennten Gruppen. Gemeinsam etwas erreichen, Action, in der Natur leben, spielen, basteln, Feuer machen, Zelte bauen, diskutieren und biblische Geschichten erleben sind nur einige der Aktivitäten, welche die Kids motivieren, wiederzukommen. Jugendliche ab 14 Jahren können als MitarbeiterInnen Verantwortung übernehmen.
Für Jugendliche und Erwachsene gibt es zusätzliche Angebote wie Workshops, Treffs, einen Hauskreis und weitere Events.

GEGRÜNDET
1857

PRÄSIDENT
Stephan Göldi

MITGLIEDER
ca. 350

LOKAL
Der Harass, Vereinshaus im Mühleholz

KONTAKT
Stephan Göldi
Nossikerstrasse 7, 8610 Uster
044 942 00 77
s.goeldi@cevi.ch
www.cevi-uster.ch

Damenturnverein Uster

Jeweils am Dienstagabend um 20.15 Uhr treffen wir uns in der neuen Turnhalle des Oberstufenschulhauses Krämeracker. Wir bewegen uns gemeinsam zu verschiedenen polysportiven Turnarten wie Aerobic, Stepp, Geräteturnen, Ballspiele, Leichtathletik usw. Unser Ziel ist es, uns gemeinsam sportlich zu betätigen sowie freundschaftliches Beisammensein zu haben und zu fördern. Im Jahr haben wir verschiedene Aktivitäten wie einen Maibummel, Vita-Parcours, Herbstwanderung und zum Jahresende einen Chlaushöck.

GEGRÜNDET
1920

LOKAL
Schuelhuus Sulzbach

PRÄSIDENT
Peter Niedermann

MITGLIEDER
143

KONTAKT
Giselle Vermelho Muenzner
077 473 66 17
vize@sulzbach.ch
www.sulzbach.ch

Elements of Rock

Sinn und Zweck
Der Verein Elements of Rock organisiert das gleichnamige Metalfestival, welches jährlich in Uster stattfindet. Das Festival und die Bands haben einen positiven Bezug zum christlichen Glauben. Es entstand im Herbst 2003 als selbständige Initiative von jungen Erwachsenen aus der Rock- und Metalszene. 2004 fand die erste Ausgabe statt, im 2013 feierte das Elements of Rock sein zehnjähriges Jubiläum.
Das Festival verzeichnet pro Konzerttag zwischen 350–450 zahlende Besucher. Es ist zum grössten europäischen Metalfestival mit Bezug zum christlichen Glauben angewachsen.
Der Verein fördert die Verbreitung von Metalmusik und verwandten Stilrichtungen, fördert junge national aufstrebende Bands und schafft vielfältige Begegnungsmöglichkeiten zwischen verschiedensten jungen Menschen aus der Rock- und Metalszene mit unterschiedlichem Hintergrund.

Aktivitäten
An zwei Konzertabenden tritt ein vielfältiges internationales Line-up von 12 Bands auf. Für Interessierte findet neben den Konzerten ein kostenloses Tagesprogramm mit Gottesdiensten und Seminaren statt, welches von Personen aus der nationalen und internationalen Rock- und Metalszene mitgestaltet wird.
Genauere Infos gibt's unter www.elementsofrock.com.

GEGRÜNDET
2003

PRÄSIDENT
Mike Hauser

LOKAL
Stadthofsaal Uster

KONTAKT
Elements of Rock
Sekretariat
Breitenbühlweg 12a
5727 Oberkulm
info@elementsofrock.com
www.elementsofrock.com

FG Humoria

Die Fasnachtsgesellschaft Humoria Uster

möchte mit ihrem Bestehen für die Erhaltung einer jahrhundertealten Tradition, der Fasnacht, sorgen. Ebenso möchte sie die Tradition des Samichlauses am Leben erhalten. Bei allen Vereinsanlässen spielt das gesellschaftliche Zusammensein dabei eine grosse Rolle.
Wir veranstalten alle 2 Jahre den Fasnachtsumzug, jährlich den Maskenball und Kindermaskenball im Stadthofsaal, den Samichlaus-Umzug, die Samichlaus-Hausbesuche, die Greifenseerundfahrt und einen Lottonachmittag.

GEGRÜNDET
1903

PRÄSIDENTIN
Sandra Pauli

MITGLIEDER
31

KONTAKT
Sandra Pauli
079 677 96 27
info@humoria-uster.ch
www.humoria-uster.ch

Frauenturnverein Uster

Sinn und Zweck
Der Frauenturnverein Uster wurde 1927 gegründet und zählt aktuell rund 110 Mitglieder in drei Turngruppen. Unsere Frauen leben den Turnsport, die Kameradschaft und die Geselligkeit aktiv.
Wir treffen uns wöchentlich zu verschiedensten Sportaktivitäten wie Fitness, Turnen, Dehnen, Kräftigen und zum Spielen. Unsere gut ausgebildeten und motivierten Leiterinnen halten uns mit vielseitigen Lektionen fit und bringen immer wieder neue Trends in die Halle. Wer nach der Turnstunde nicht genug hat, kann sich beim Volleyballspielen noch austoben.
Die zweite und dritte Gruppe bietet ein ganzheitliches Training für Seniorinnen. Frauen, die Mobilität, Gleichgewicht, Reaktion, Koordination und Kraft erhalten und aktivieren wollen, sind herzlich willkommen.
Neben dem Turnbetrieb pflegen wir das Beisammensein und organisieren Velotouren, Wanderungen, Skiweekends, einen Chlaus-Höck und einiges mehr.
Seit vielen Jahrzehnten gehört das Mutter-Vater-Kind-Turnen (ElKi) dem Frauenturnverein an. An vier Wochentagen turnen drei ElKi-Leiterinnen mit über 100 Kindern und ihren erwachsenen Begleitern.

Aktivitäten
Wir treffen uns wöchentlich jeweils am Mittwoch in den beiden Turnhallen des Schulhauses Krämeracker in Uster.

Frauen 1: 19.30–20.45 Uhr und anschliessend 20.45–22.00 Uhr Plausch-Volleyball
Frauen 2: 19.20–20.40 Uhr (Seniorinnen)
Frauen 3: Dienstag 9.30–10.30 Uhr in der Einspielhalle Buchholz. Für diese Gruppe ist der Vereinsbeitritt nicht zwingend.

GEGRÜNDET
1927

PRÄSIDENTIN
Rita Greber

MITGLIEDER
110

LOKAL
Turnhalle Krämeracker/Buchholz

KONTAKT
Rita Greber, 044 940 87 56
praesidentin@ftv-uster.ch

Silvia Jaggi (Tech. Leiterin)
044 941 74 89
silviajaggi@bluewin.ch

www.ftv-uster.ch

Frauenverein Uster

Der Frauenverein Uster ist ein gemeinnütziger Verein zum Wohl der lokalen Bevölkerung. Er ist parteipolitisch unabhängig und konfessionell neutral.

Aktivitäten

Brockenstube: Sie ist der Motor, der unser Engagement erst ermöglicht. Gern nehmen wir gut erhaltene, saubere Waren entgegen.

Brocki-Kafi: In unserem Kafi direkt neben dem Brocki gibt es guten Kaffee und feine selbst gebackene Kuchen.

Mahlzeitendienst: Wird Ihnen das Kochen zu viel? Wir können Sie entlasten. Sie bekommen gutes und gesundes Essen einmal wöchentlich geliefert und können die Menüs geniessen, wann immer Sie wollen.

Patientenfahrdienst: Wir holen Sie zu Hause ab und bringen Sie zum Arzt oder zur Therapie.

Lesekreis: Lesebegeisterte treffen sich 5-mal jährlich zur Besprechung moderner und klassischer Literatur.

Nordic Walking unter professioneller Anleitung. Verschiedene Leistungsgruppen. Auch Anfänger jeden Alters sind herzlich willkommen.

Vereinsanlässe für Mitglieder: In regelmässigen Abständen unternehmen wir Ausflüge und Besichtigungen.

Frauen und Männer sind herzlich in unserem Verein willkommen – wir freuen uns über jedes neue Mitglied!

GEGRÜNDET
1860

PRÄSIDENTIN
Cornelia Christener

MITGLIEDER
410

KONTAKT
Frauenverein Uster
Seestrasse 7, 8610 Uster
044 994 50 10
info@frauenverein-uster.ch
www. frauenverein-uster.ch

Fussballclub Uster

Der Fussballclub Uster ist der grösste Breitenfussballsportverein, der seit dem Gründungsjahr auf der Heusser-Staub-Wiese trainiert und in verschiedenen Kategorien von Jg. 2016 bis zum Seniorenalter spielt.
Mit einer Frauenmannschaft, A+, B-, C- und D-Juniorinnen sind auch die weiblichen Spielerinnen immer am Ball mit steigender Tendenz.
Das U1 spielt momentan in der 2. Liga mit Ambitionen zum Aufstieg, die 2. Mannschaft (3. Liga) und eine dritte Mannschaft ergänzen die Aktiven, 3 Seniorenteams und Juniorenteams von G-Junioren bis zur A+-Juniorenmannschaft sind in den total 28 Teams in den Wintermonaten auf den neuen Kunstrasen-Plätzen im Stadion Buchholz am Trainieren.

GEGRÜNDET
1909

PRÄSIDENT
Rico Maurer

MITGLIEDER
über 200 Aktiv- (Frauen/Senioren) und über 400 Jugend-Mitglieder

KONTAKT
Karin Maurer
079 583 67 78
sekretariat@fcuster.ch
www.fcuster.ch

Golfclub Schloss Uster

Wir sind eine Vereinigung von Golfinteressierten, die auch kulinarischen Genüssen nicht abgeneigt sind. Aktuell sind wir über 70 Mitglieder. Der «harte Kern» trifft sich jeweils am Mittwochabend auf der Driving Range in Riedikon zum Training mit anschliessendem Nachtessen in der Region Uster.
Die Jahresmitgliedschaft kostet lediglich CHF 100. Wir bieten die Organisation von 4 gefragten Golfturnieren an. Traditionellerweise sind dies im Frühling das Turnier im Golf Club Lipperswil, gefolgt von den Clubmeisterschaften im schönen Golfclub Oeschberghof (D-Donaueschingen) und Golftagen in den Bergen zur Golfidylle Brigels. Das Herbstturnier ist jeweils alternierend. Dieses Jahr konnten wir die Gastfreundschaft und die wunderschöne Aussicht vom Golfpark Zürichsee (Nuolen) geniessen.
Der GCSU eignet sich auch für clubfreie Golfer, um an interessanten Turnieren teilnehmen zu können. Gerne nehmen wir neue Mitglieder auf und freuen uns bereits jetzt auf ein mit Schönwetter bestücktes 2022.

GEGRÜNDET
1997

PRÄSIDENT
Ruedi Hunziker

MITGLIEDER
74

KONTAKT
Richard Waech
044 9840694
richard.waech@bluewin.ch
www.gcsu.ch

Greifensee Dragons

Sinn und Zweck, Aktivitäten
Seit nun 20 Jahren betreiben wir in Greifensee den Drachenbootsport und seit bald 10 Jahren auch den Stand-up-Paddling-Sport. In unseren beiden Sportarten wird wöchentlich trainiert. Sei dies im Sommer auf dem Wasser oder im Winter im vereinseigenen Kraftraum. Nationale und internationale Wettkämpfe gehören ebenso zum Vereinsjahr wie die unzähligen gemütlichen Treffs und Touren auf dem Greifensee oder anderen Gewässern im In- und Ausland. Neben den sportlichen Ambitionen geniessen wir auch gerne den Moment des Nichtstuns und des Spasses bei einem Vereinsevent. Dem Drachen stehen zudem jederzeit der Kraftraum, über 20 SUP Boards und Outrigger zur freien Verfügung.

Hast du das Zeug zum Drachen? Melde dich und werde ein Teil von uns.

Aktivitäten:
- SUP Treff und Touren
- wöchentliches SUP- und Drachenboottraining
- Ausleihe von vereinseigenen SUP und Outrigger
- Teilnahme an nationalen und internationalen Wettkämpfen
- jährliche Vereinsevents

GEGRÜNDET
2001

PRÄSIDENT
Florian Züger

MITGLIEDER
90

KONTAKT
Florian Züger
044 515 13 63
welcome@greifensee-dragons.ch
www.greifensee-dragons.ch

Greifensee-Stiftung

greifensee-stiftung
für mensch und natur

Die Greifensee-Stiftung setzt sich seit über 20 Jahren dafür ein, dass der Greifensee nicht nur für Menschen attraktiv und nutzbar bleibt. Die Schutzgebiete sollen auch für Pflanzen und Tiere gepflegt, aufgewertet und erhalten werden. Die Stiftung führt die Naturstation Silberweide am oberen Greifensee und das Rangerteam.

Die Naturstation Silberweide ist das Besucherzentrum am Greifensee und bietet Führungen und Workshops an. Ein Abenteuerspielplatz, eine kleine Ausstellung und das Bistro runden das Angebot ab.

Die Ranger sind am Greifensee und im Neeracherried präsent. Sie sorgen für das Einhalten der Regeln im Schutzgebiet. Ihr Wissen geben sie gerne an Exkursionen und Führungen weiter.

GEGRÜNDET
1997

STIFTUNGSRATSPRÄSIDENT
Thomas Kübler

KONTAKT
Greifensee-Stiftung
Bankstrasse 8, 8610 Uster,
044 941 12 10
info@greifensee-stiftung.ch
www.greifensee-stiftung.ch

Heilsarmee Zürich-Oberland

Das Korps (Heilsarmeegemeinde) Zürich-Oberland ist Teil der Gemeinde Jesu Christi und Teil der weltweiten Evangeliumsbewegung der Heilsarmee. Als bekennendes Korps wollen wir durch die Verkündigung und Diakonie den Auftrag Jesu ernst nehmen: «Wir wollen ohne Vorurteile das Schwache stärken, mit Respekt das Kranke heilen, das Verwundete mit Liebe verbinden, das Verirrte mit Rücksicht zurückholen, in Treue das Verlorene suchen und das Starke, das niedergetreten wurde, mit Hingabe aufrichten.» Wir sind offen für Menschen jeden Alters und aus allen gesellschaftlichen Schichten und Kulturen. Wir sind eine Rettungsstation für Menschen in Not mit einem starken Rettungsteam. Jede Person wird bedingungslos angenommen, in unsere Gemeinschaft aufgenommen und für den Alltag ausgerüstet.

Aktivitäten
Sonntag: 09.30 Uhr Heilungsgottesdienst mit Anbetung und 10.40 Uhr Predigtgottesdienst und gleichzeitig Kinder- & Teenieprogramm (0–16 Jahren)
Mittwoch: 06.00 Uhr Männergebet, 14.00 Uhr Brot für Mensch in Not (Essensverteilung) mit sozialer Anlaufstelle
Donnerstag: 2x im Monat Seelsorgetag
Freitag: 16.00 Uhr Quartiertreff und Brot für Mensch in Not (Essensverteilung) mit sozialer Anlaufstelle, 18.00 Uhr Cate Fire (Jugendtreff), 19.00 Uhr Deutschkurs für Anfänger, 19.30 Uhr Strassengebetsdienst
Samstag: 1x im Monat Schule für Befreiungsdienst und geistliche Kampfführung I + II jeden Tag: Anbetungszeit (Zeiten siehe Homepage)

Alle Anlässe mit den Daten finden Sie auf unserer Homepage:
zh-oberland.heilsarmee.ch

GEGRÜNDET
2001

LOKAL
Apothekerstr. 10, 8610 Uster

PRÄSIDENTEN
Beat und Monika Schulthess

MITGLIEDER
150

KONTAKT
Beat und Monika Schulthess
044 940 27 80
korps.zuerich-oberland@heilsarmee.ch
www. zh-oberland.heilsarmee.ch

insieme Zürcher Oberland

Spannendes Angebot an Sport, Ferien und Freizeit

Viele Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung sind bei der Organisation ihrer Ferien und Freizeit auf Hilfe angewiesen. Der Verein Zürcher Oberland plant, organisiert und führt eine breite Palette von spannenden Programmen durch, damit sie am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

Wählen kann man unter: Sport-Trainings und Teilnahme bei Wettkämpfen in den Bereichen Fussball, Schwimmen, Plausch-Ball, Turnen und Reiten. Gemütliche oder sportliche Ferienwochen und Wochenenden. Abwechslungsreiche Nachmittags-Ausflüge und gemütliches Beisammensein am Abend im Freizeittreff-Lokal in Uster. Kulturangebote (Proben und Auftrittsmöglichkeiten): Chor, Volkstanz, Theater und insieme-Movers.
Interessierte finden die Informationen auf der Website oder direkt bei der Geschäftsstelle.

Dank Spendengeldern, öffentlichen Zuwendungen sowie durch die Mithilfe von zahlreichen Freiwilligen kann das Programm kostengünstig angeboten werden. Wer Lust hat, Mitglied zu werden oder mitzumachen, ist herzlich willkommen.

GEGRÜNDET
1962

PRÄSIDENT
Ernst Brunner

MITGLIEDER
823

KONTAKT
Geschäftsstelle
044 944 85 55
info@insiemezo.ch
www.insiemezo.ch

Jubla

Zusammen lachen, unvergessliche Augenblicke erleben, singen am Lagerfeuer, in abenteuerliche Geländespiele eintauchen, wandern, unter dem Sternenhimmel übernachten, Zelte bauen und über dem Feuer kochen, sich verkleiden, Verantwortung übernehmen und Freundinnen und Freunde fürs Leben finden – das alles und vieles mehr ist Jubla.
Jubla ist eine hochwertige und sinnvolle Freizeitgestaltung.

Haben wir dein Interesse geweckt, dann melde dich doch bei uns!

Wir sind ein junges, offenes, lustiges und sechsköpfiges Leitungsteam. Wir bieten zwei Gruppenstunden an:

RINGELPFLUNDER
Unsere Mädchengruppe ist für alle Mädchen von 6–14 Jahren.
Jeden Montag

MAYONNAISE
Unsere gemischte Gruppenstunde ist für alle Jungs und Mädchen ab dem 2. Kindergarten.
Jeden Donnerstag

Wenn du Lebensfreu(n)de finden möchtest, dann bist du bei uns genau richtig!

GEGRÜNDET
1995

SCHARLEITER
Micha Badstuber

TREFFPUNKT
im JuBla Zimmer
Neuwiesenstr. 17a, 8610 Uster

MITGLIEDER
22

KONTAKT
Micha Badstuber
076 442 59 55
info@jubla-uster.ch
www.jubla-uster.ch

Kammerorchester Uster

Das Kammerorchester Uster bereichert das städtische Kulturleben von Uster und der weiteren Region seit über 140 Jahren. Das Team formiert sich aus begeisterten Laienmusiker*innen aus Uster und Umgebung und wird durch professionelle Musiker*innen (Streicher und Bläser) verstärkt. Geprobt wird wöchentlich, konzertiert mehrmals im Jahr. Das Orchester versteht sich als wesentlicher Kulturproduzent der Region und konzipiert vielfältige Konzertprogramme, experimentiert mit neuen Aufführungskonzepten, bespielt gewohnte und ungewohnte Orte, sucht Jung und Alt. Orchestermusik ist Bestandteil urbaner Lebensqualität. Das gemeinsame Musizieren und das Erarbeiten von Werken der grossen Literatur verbindet Menschen verschiedener Generationen mit unterschiedlichen Lebensentwürfen. Der Akkord der Emotionen der einzelnen Musiker*innen bildet den charakteristischen Klang des Ensembles. Das Orchester ist auch eine Musikschule. Gelernt wird zusammen in der Gruppe. Die Musiker*innen profitieren von der Arbeit mit einem professionellen Dirigenten, den Erfahrungen hochkarätiger Solist*innen und bekommen so einen Zugang zur weiten Welt der Kunst.

GEGRÜNDET
1879

PRÄSIDENT
Yves L'Eplattenier

MITGLIEDER
13

KONTAKT
Mona Jensen
044 980 31 05
mona.jensen@bluewin.ch
www.kammerorchesteruster.ch/orchester/

Kinderturnen des DTV Uster

Sinn und Zweck
Bewegung soll Spass und Freude machen. Wir fordern und fördern unsere Kleinen und bereiten sie auf die Mädchenriege, Jugi oder andere Sportvereine vor.

Aktivitäten
Wir turnen mit Kindergartenkindern drinnen und draussen, an Klein- und Grossgeräten, lernen Parcours, Stafetten und Spiele kennen und manchmal toben wir uns so richtig aus.

GEGRÜNDET
1974

PRÄSIDENTIN
Karin Amrein

MITGLIEDER
20–25

LOKAL
Uster, Turnhalle SH Pünt und SH Gschwader

KONTAKT
Liliane Notz
Kilchwiesenweg 1, 8610 Uster
043 366 54 36
kitu.uster@gmail.com

Kiwanis Club Uster

Kiwanis ist eine weltweit tätige Organisation Freiwilliger, die sich mit Herz und Engagement für das Wohl von Kindern und der Gemeinschaft einsetzen. Mit unzähligen wohltätigen Projekten und gezielten sozialen Unterstützungsaktivitäten zugunsten Kinder und Jugendlicher leisten unsere lokalen Clubs (auch der Kiwanis Club Uster) einen grossen Beitrag in ihren Gemeinden resp. in ihrer Umgebung. Das beiliegend Bild zeigt die Übergabe eines Batzens an die Schweizerische Sporthilfe. Die Schweizerische Sporthilfe kümmert sich nur und ausschliesslich um die Förderung der Jugend. Durch die gemeinsamen Projekte unserer Clubs meistern wir auch grosse, weltweite Herausforderungen, wie die Bekämpfung von Krankheiten und Armut in betroffenen Ländern und arbeiten dabei auch mit Partnerorganisationen wie der UNICEF zusammen. Wir sind leidenschaftlich interessiert, etwas zu bewegen.
Kiwanis-Mitglieder handeln aus Überzeugung für Menschen, die nicht immer auf der Sonnenseite des Lebens stehen. Untereinander werden weltweit Freundschaften gepflegt.

GEGRÜNDET
1986

PRÄSIDENT
Thommy Stählin

MITGLIEDER
34

LOKAL
Landgasthof Puurehuus,
Fehraltorferstrasse 9
8615 Wermatswil

KONTAKT
Thommy Stählin
0794076802
ts@staehlin.ch
www.kiwanisuster.ch

Leichtathletik-Club Uster

Der 1972 gegründete Leichtathletik-Club Uster zählt heute über 300 Mitglieder und gehört zu den führenden und erfolgreichsten Leichtathletikvereinen der Region. In den drei Bereichen Leistungs-, Nachwuchs- und Breitensport werden eine Vielzahl von Trainings angeboten. Mehrere Mitglieder des Vereins konnten sich schon für die Teilnahme an internationalen Titelkämpfen wie Weltmeisterschaften und Europameisterschaften qualifizieren. Einen Namen gemacht hat sich der Leichtathletik- Club Uster vor allem durch seine grosse und starke Laufabteilung, in welcher neben Bahn- und Strassenläufern je länger, je mehr auch andere lauforientierte Ausdauersportler wie Orientierungsläufer und Triathleten bzw. Duathleten trainieren. Einen grossen Stellenwert hat im Leichtathletik-Club Uster eine qualitativ hochstehende Jugendarbeit (7 bis 17 Jahren). Der Nachwuchs soll umsichtig und kontinuierlich durch ein vielseitig ausgerichtetes Training (Schnelligkeit, Koordination, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer) an den Erwachsenensport herangeführt werden, wobei auch der Fun-Gedanke nicht zu kurz kommen darf. Bekannt ist der Leichtathletik-Club Uster ebenfalls für seine grosse, aktive Breitensportabteilung, die vor allem das gemütliche Laufen in der Gruppe anbietet. Wichtig für den Verein ist auch die Förderung des Gruppenerlebnisses durch gemeinsame Trainings, Teilnahme an Wettkämpfen, gelegentliche Mithilfe bei Anlässen sowie andere soziale Events.

GEGRÜNDET
1972

PRÄSIDENT
Gerhard Wenger

MITGLIEDER
330

KONTAKT
Gerhard Wenger
055 244 49 33
g.wenger@lcu.ch
www.lcu.ch

Männerriege TV Uster

Hast du schon einmal daran gedacht, mit aktiven Senioren Sport zu treiben?

Wir von der **Männerriege Uster** freuen uns, wenn du den Weg in die Krämerackerturnhalle findest. Dort turnen wir in 3 Gruppen, die du nach deinen sportlichen Fähigkeiten aussuchen kannst. Ausserdem wird auch ein Volleyballtraining angeboten.
Wir sind zwischen dem 45. Altersjahr bis hin über 90 Jahre!
Jeden Donnerstagabend kannst du deine Fitness in verschiedenen sportlichen Aktivitäten (Ausdauer – sicher bewegen – Faszien – Muskelaufbau etc.) verbessern. In der Gruppe geht alles besser und der Spass überwiegt bei uns. Nach den Trainings lassen wir bei geselligem Beisammensein den Abend ausklingen. Ein **Probetraining** kann jederzeit erfolgen. Wir treffen uns jeweils jeden Donnerstag bei der Turnhalle Krämeracker (Alte Turnhalle).

Turnen 1:	18.10 bis 19.10 Uhr für die ältesten Turner	= Bewegung im Alter und Spiel
Turnen 2:	19.20 bis 20.20 Uhr für die mittleren Turner	= Kräftigung und Ausdauer
Turnen 3:	20.30 bis 22.00 Uhr für die berufstätigen Turner	= Fitness + Spass
Volleyball:	20.30 bis 22.00 Uhr	= in der Krämerturnhalle nebenan

Nicht nur das Turnen wird beim MRU ausgeübt, sondern wir bieten auch kameradschaftliche Anlässe (Ausflüge) oder helfen bei Sportanlässen (Greifenseelauf – De schnällschti Ustemer oder bei der Mehrkampfmeisterschaft) mit.

GEGRÜNDET
1957

PRÄSIDENT
Robert Rigert

MITGLIEDER
100

LOKAL
Schulhaus Krämeracker

KONTAKT
Robert Rigert
076 315 37 09
rrigert@gmail.com
https://sites.google.com/site/maennerriegeuster/maennerriegeuster

Männerturnverein Uster

Sinn und Zweck
Der MTVU fördert die körperliche Fitness und pflegt die Kameradschaft. Wir Turnen jeden Donnerstag in der alten Turnhalle vom Schulhaus Hasenbühl .
Unser Programm: 19.30–20.40 Uhr Turnen, 20.45–21.45 Uhr Volleyball. Die Turnstunde ist ab ca. Alter 55+ offen. Gleichgewicht und Koordination werden durch erfahrene Leiter erteilt. Für das Turnen und Volleyballspiel sind alle willkommen. Es braucht keine Anforderungen.

Auch gesellige Anlässe stehen im Jahresprogramm:

- Frühjahr: Tagesausflug mit Partnerin
- Juli: Geselliger Anlass vor Sommerferien
- Herbst: kultureller Anlass
- Anfang Dezember: Würstli-Olympiade

GEGRÜNDET
1908

PRÄSIDENT
Felix Dietrich

MITGLIEDER
50

LOKAL
Alte Turnhalle Hasenbühl

KONTAKT
Felix Dietrich
044 940 81 28
felix_dietrich@bluewin.ch
www.mtvu.ch

Militärspiel Uster

Das Militärspiel Uster wurde am 26. Februar 1965 gegründet. Seit Oktober 2020 hat der Verein zwei Co-Präsidenten. Die langjährigen Aktivmitglieder Oberstlt Christof Schlatter und Wm Erich Feurer teilen sich diese Aufgabe. Kameradschaft hat bei uns höchste Priorität: Unter der bewährten Leitung von Tromp Wm Roland Huser spielen die 35 Musikantinnen und Musikanten abwechslungsreiche Blasmusik verschiedener Stilrichtungen.
Auftritte: Platzkonzerte, militärische Entlassungen und Fahnenübergaben, 1. Augustfeier in Uster, Ustertag, Frühschoppenkonzerte, Jubiläumsfeiern von Firmen, jährlicher Unterhaltungsabend im März etc.
Nicht nur Militärtrompeter, sondern jede Schweizer Bürgerin, jeder Schweizer Bürger kann im Militärspiel mitspielen. Auch für beruflich engagierte Frauen und Männer ist der normalerweise 14-tägige Probenrhythmus ideal.
Wir Proben jeweils am Montag ab 20.00 Uhr im Musikcontainer Uster.
Schnuppern: Jederzeit möglich, wir freuen uns auf deine Anfrage.
Vereinbare einen unverbindlichen Probenbesuch.

GEGRÜNDET
1965

PRÄSIDENT
Daniel Felix

MITGLIEDER
37

LOKAL
Musikcontainer Uster

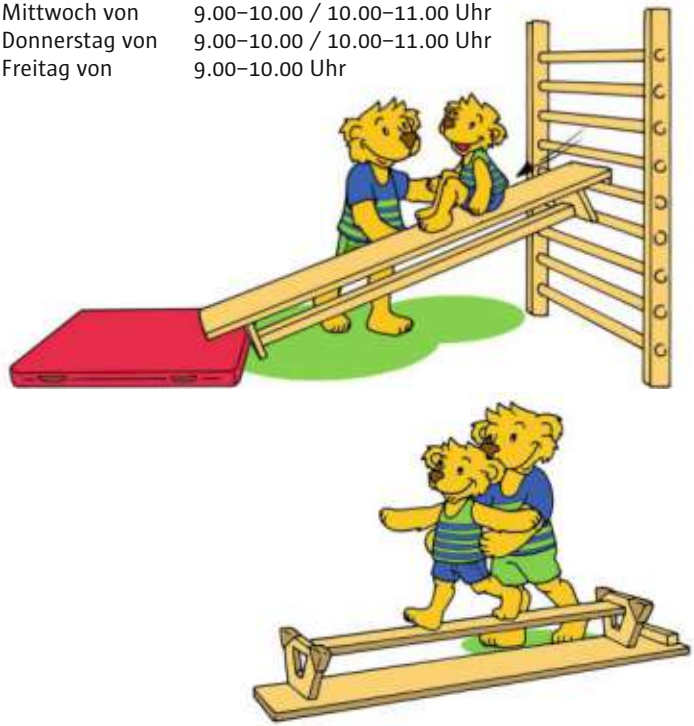
KONTAKT
Daniel Felix
044 940 29 94
praesident.erich@militaer-spiel-uster.ch
www.militaerspiel-uster.ch

MuKi-Turnen des FTV Uster

Sinn und Zweck
Durch vielseitige und abwechslungsreiche Erlebnislektionen wecken wir die Freude an der Bewegung. Die Kinder mit ihren Begleitpersonen spielen, probieren, entdecken, erfahren, erfinden, erleben und bewegen sich freudvoll miteinander. Die Grundtätigkeiten wie Kriechen, Hüpfen, Springen, Drehen, Klettern, Werfen, Fangen u.s.w. werden spielerisch geübt und geschult.

Aktivitäten

Dienstag von	9.00–10.00 / 10.00–11.00 Uhr
Mittwoch von	9.00–10.00 / 10.00–11.00 Uhr
Donnerstag von	9.00–10.00 / 10.00–11.00 Uhr
Freitag von	9.00–10.00 Uhr



GEGRÜNDET
1974

LOKAL
Sporthalle Buchholz

PRÄSIDENTIN
Rita Greber

KONTAKT
Karin Elsässer Sauter
044 941 42 05
muki-uster@gmx.ch
www.ftv-uster.ch

Musikschule Uster Greifensee

Die Musikschule Uster Greifensee ist eine moderne Musikschule mit vielfältigem Angebot, das Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen die Möglichkeit bietet, ihre musikalischen Fähigkeiten zu erkennen und weiterzuentwickeln. In den Bereichen Grundbildung, Fachbildung für Instrumente und Gesang sowie Zusammenspiel in Ensembles werden rund 1800 Schülerinnen und Schüler im Alter zwischen 2 und 99 Jahren unterrichtet. Durch die zeitgemässen Unterrichtsmethoden der rund 70 qualifizierten Musikpädagoginnen und -pädagogen wird eine hohe Qualität garantiert. Die MSUG nimmt den mit den Trägerschaften Gemeinden Uster, Greifensee und Mönchaltorf vereinbarten Leistungsauftrag wahr, der auf kantonalen Grundlagen basiert.
Als Kulturvermittlerin bietet die Musikschule Uster Greifensee ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm an, das sie mit ihren Schülern und Lehrpersonen, aber auch gemeinsam mit anderen regionalen Kultureinrichtungen durchführt.

GEGRÜNDET
1968

PRÄSIDENT
Dr. Hermann Walser

MITGLIEDER
200

LOKAL
Uster, Greifensee u. Mönchaltorf

KONTAKT
Sekretariat
Apothekerstr. 13, 8610 Uster
044 940 78 00 (nachmittags)
info@msug.ch
www.msug.ch

Panflötenverein Zürcher Oberland

Unsere Ziele sind die Förderung des Panflötenspiels, Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen einzelnen Spielern oder Musikgruppen, gemeinsames Üben und die Freude an der Musik pflegen, gesellige und gemeinnützige Aktivitäten ausserhalb der Probentage. Ausserdem wollen wir, in Form von verschiedenen privaten und öffentlichen Anlässen, dieses einzigartige Musikinstrument der Bevölkerung näherbringen.
Unsere Panflöten-Gruppe kann für Anlässe aller Art gebucht werden.

Wir proben jeweils dienstags von 19.00 bis 21.00 Uhr.

GEGRÜNDET
2004

PRÄSIDENTIN
Vreni Knecht

MITGLIEDER
7

KONTAKT
Vreni Knecht
044 941 29 71
vreni.knecht@gmx.net
www.panfloetenverein-zh.ch

Pfadi Uster-Greifensee

Die Pfadi Uster-Greifensee trifft sich jeden Samstag an verschiedenen Standorten in Uster und in Greifensee. Die Kinder sind in verschiedene Altersstufen aufgeteilt und werden von jungen, motivierten Leiter*innen begleitet. Die Leiterinnen und Leiter der Pfadi Uster-Greifensee sind alle mit viel Elan und Bemühungen dabei, um den Kindern jeden Samstag einen neuen erlebnisreichen Nachmittag zu bieten. Mit viel Freude und Kreativität machen wir uns auf die Suche nach Piraten, Feen oder anderen lustigen Wesen. Wir lernen den Wald kennen und schätzen, bauen Seilbrücken und kochen über dem Feuer. Gemeinsam entziffern wir Geheimsprachen und gehen den Spuren einer Schatzsuche nach. Wir basteln, singen und spielen gemeinsam Spiele. In der Gruppe finden die Kinder neue Freunde und Freundinnen, lachen miteinander und haben viel Spass. Im Frühling und im Sommer werden in den Lagern die Freundschaften gefestigt und wir brechen auf, um neue Abenteuer zu erleben. Ab 10 Jahren findet das Pfingst- und das Sommerlager als Zeltlager statt. Die Kinder sind über mehrere Tage und Wochen im Freien und schlafen im Zelt. In der Gruppenküchen wird gemeinsam über dem Feuer gekocht und es werden schöne Abende verbracht. Es werden Aktivitäten fern vom Lagerplatz unternommen, jedoch bleibt auch genügend Zeit, um mit Freund*innen den Wald und die Natur zu erkunden. Für die kleineren Kinder unter 10 Jahren finden die Lager im Haus statt und erleben dort gemeinsam ein spannendes Lager. Wir machen wilde Wasserschlachten, bärenstarke Wettkämpfe und kreative Bastelstunden. Natürlich verbringen wir dabei viel Zeit draussen und forschen in der Natur. Im ersten Pfadilager erhalten die Kinder einen Pfadinamen. Dieser begleitet jedes Kind durch die ganze Pfadizeit hin bis zur Leiter*in. Unsere Leiter*innen besuchen verschiedene Jugend-&-Sport-Kurse wo sie in mehreren Themen und Bereichen weitergebildet werden. Sie erlernen den Umgang mit den Kindern, Hilfe zu holen, zu kommunizieren, Lager und Aktivitäten zu planen und viele weitere nützliche Sachen, die ihnen im ganzen Leben hilfreich sein können. Wir freuen uns über jede Person ob gross oder klein, die in der Pfadi vorbeischauen möchte. Gerne darf man sich jederzeit bei uns melden und an einer Aktivität am Samstagnachmittag vorbeischauen kommen.

GEGRÜNDET
1923

PRÄSIDENTEN
Hiro Itschner / Valeria Michel

KONTAKT
Valeria Michel
079 882 82 25
al@pfadi-uster-greifensee.ch
www.pfadi-uster-greifensee.ch

Pink Ladies Cheer

Was ist Cheerdance
Cheerdance, resp. Perfomance Cheer – den bekannten Tanz aus den USA mit den Pompons – gibt es jetzt auch in Uster. Performance Cheer, ist ein sportlicher Tanz mit Elementen aus verschiedenen Tanzrichtungen wie Jazz, Hip Hop, Rhythmischer Gymnastik und klassischem Ballett. Es ist ein Teamsport und zeichnet sich aus durch starke und klare Bewegungen mit den typischen Cheer-Arm-Positionen, Drehungen, Sprüngen, Kicks, sowie klaren Formationen und Positionswechsel. Im Unterschied zum Cheerleading, macht man im Dance keine Flickflacks und Saltos und wirft sich auch nicht in die Luft. Bei Wettkämpfen werden die Tanzelemente aus verschiedenen Stilrichtungen mit Sprüngen, Kicks, Drehungen und Hebungen zu einer powervollen und explosiven Choreographie zusammengesetzt.

Unser Ziel
Unser Ziel ist es Spass zu haben, gemeinsam zu tanzen, neues zu lernen und an Wettkämpfen im In- und Ausland teilzunehmen, sowie Shows bei lokalen (Sport)Events zu tanzen.

Unsere Teams & Trainings
Unsere 3 Cheerdance-Teams bestehen aus sportlichen, motivierten Mädchen und Ladies. Wir trainieren in der Sporthalle Buchholz im Gymnastikraum wie folgt:
Pink Tweeties (8–11 jährige): Di & Do von 17–18 Uhr
PinkPrincesses (12–15 jährige): Di & Do von 18–19.40 Uhr
Pink Ladies (ab 16 Jahren): Di 19.45–21.45 Uhr, Do 20.30–22 Uhr

Wir bieten kostenlose Probetrainings an um die Sportart kennen zu lernen. Jetzt anmelden, vorbeikommen und Cheerdance ausprobieren!

GEGRÜNDET
2020

PRÄSIDENTIN
Nathalie Rutz

MITGLIEDER
47

LOKAL
Sporthalle Buchholz

KONTAKT
pink-ladies@gmx.ch
www.pink-ladies-cheer.org

Salsa On2 Happenings

Sinn und Zweck

Der Verein Salsa On2 Happenings organisiert und finanziert Tanzkurse und Events im Bereich Salsa New York Style On2. Durch unser Wirken möchten wir gemeinsam Plattformen für Tänzer schaffen, die eine Leidenschaft für jazzigen, groovigen Salsa, Cha-Cha-Cha und Boogaloo haben.

In Uster finden regelmässig Einsteigerkurse und Open-Classes statt. Die Kurse richten sich an alle, die gerne Salsa tanzen lernen und ihre Fähigkeiten erweitern wollen. Da die Kurse nur über Spenden finanziert werden, sind sie für jedermann zugänglich. On2-Salsa: An unseren Events und Kursen legen wir viel Wert auf die Musik. Innerhalb des Genres Salsa gibt es viele verschiedene Musikrichtungen. Wir tanzen vor allem zu den Rhythmen entstanden in New York in den 1960ern. Typisch ist der Jazz-Einfluss, welcher in die kubanischen Son-Klänge vermischt wurde. Neugierig geworden?

Suchen Sie z.B. nach Musik von Tito Puente oder Tito Rodriquez. Auch mögen wir den kubanischen Chacha und Son. Es ist Musik, die stark auf der «zwei» ausschlägt: Daher On2-Salsa. On2 Salsa ist viel weniger verbreitet als z.B. der kubanische Salsa-Stil, welcher viel öfter anzutreffen ist.

Bild: Tanzambiente am SalsaOn2-Openair Uster 2021

GEGRÜNDET	MITGLIEDER
2018	70
PRÄSIDENT	**KONTAKT**
Mathias Mettauer	info@salsaon2happenings.ch www.slasaon2happenings.ch

Senioren-Netz

Sinn und Zweck

Der Verein wurde 1995 gegründet. Allerdings bestand das Angebot «Senioren für Senioren» bereits seit 1989. Dieses ist auch heute noch eine wichtige Dienstleistung des Vereins. Finanziert wird der Verein durch Mitgliederbeiträge, Beiträge der Stadt Uster, beider Landeskirchen und der Bank BSU.

Der Verein orientiert sich an den Bedürfnissen der über 60-Jährigen, nutzt und fördert das Wissen und die Erfahrung älterer Menschen. Er organisiert Bildungs-, Sport- und Kulturangebote, vermittelt Informationen und Dienstleistungen und arbeitet vernetzt mit anderen Organisationen.

Aktivitäten

Bildung:
- Kurse in Englisch, Italienisch
- Konversationsgruppen in Englisch, Französisch
- Veranstaltungen gemäss Jahresprogramm

Kultur und Kontakte:
- Seniorenchor, Konzerte der Senioriker, Jassen, Stadtwanderungen

Sport:
- Tages- und Halbtageswanderungen

Dienstleistungen:
- Senioren für Senioren

GEGRÜNDET	KONTAKT
1995	Sekretariat Amtsstrasse 3, 8610 Uster 044 940 24 77 Büro-Öffnungszeiten: Fr 09.00–11.00 Uhr info@seniorennetz-uster.ch www.seniorennetz-uster.ch
PRÄSIDENT	
Alex Stamm	
MITGLIEDER	
700	

Seniorinnenturnen des FTV

Sinn und Zweck

Wir möchten die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Unabhängigkeit unserer turnenden Seniorinnen im Alltag erhalten und fördern.

1927 gründeten 25 neuzeitlich eingestellte Frauen den Frauenturnverein Uster. Dank vorzüglicher Leitung und guter Kameradschaft wächst der Verein kontinuierlich und erfreut sich grosser Beliebtheit. Heute turnen wir in drei Gruppen. Seniorinnen, die abends nicht mehr aus dem Haus wollen, bieten wir die Möglichkeit, ihre Mobilität, das Gleichgewicht, ihre Reaktion, Koordination und Kraft zu erhalten oder zu aktivieren. In unseren Turnstunden belasten wir das Herz-Kreislauf-System, bewegen die Gelenke, aktivieren das Gehirn, spannen und entspannen und dabei kommt auch der Spass nicht zu kurz. Regelmässige Bewegungsaktivität leistet einen grossen Beitrag zur Handlungsfähigkeit und zum körperlichen und psychischen Wohlbefinden bis ins hohe Alter. Bei dieser Turngruppe wird kein Vereinsbeitritt vorausgesetzt.

Mehrere Erwachsenensport-Leiterinnen, vom Bundesamt für Sport spezifisch für das Seniorinnenturnen ausgebildet, sorgen für abwechslungsreiche Turnstunden.

Aktivitäten

Wir treffen uns wöchentlich am Dienstag von 9.30–10.30 Uhr in der Einfachturnhalle der Sporthalle Buchholz in Uster zum ganzheitlichen, sanften Training.

GEGRÜNDET
1927

PRÄSIDENTIN
Rita Greber

MITGLIEDER
ca. 110

LOKAL
Einturnhalle der Sportanlage Buchholz

KONTAKT
Gaby Hanselmann
Unterbühlenstr. 37, 8610 Uster
044 941 79 38
vize-praesidentin@ftv-uster.ch
www.ftv-uster.ch

Squash Club Uster

Sinn und Zweck

Im Squash Club Uster spielen Frauen und Männer, JuniorInnen und SchülerInnen. Sie teilen die Freude an dieser faszinierenden und schnellen Ballsportart. Wir betreiben sowohl Leistungs- wie auch Breitensport.

Squash wird während des ganzen Jahres gespielt, da es wetterunabhängig betrieben werden kann. Viele Trainings werden alters- und geschlechtergemischt durchgeführt. Die Trainings finden in der Squash Arena Uster statt.

Aktivitäten

Wir legen besonderen Wert auf einen strukturierten Aufbau durch gut ausgebildete Trainer. In unseren wöchentlichen Kursen trainieren Kinder, Jugendliche und Erwachsene vom Anfänger bis zur Schweizer Meisterin. Der Club stellt 3 Damen- und 8 Herren-Interclub-Teams von der 1. Liga bis zur NLA und organisiert viele Turniere. Vom Plausch- bis zum Weltklasse-Turnier ist für jeden etwas dabei.

GEGRÜNDET
1979

PRÄSIDENTIN
Annemarie Kaufmann

MITGLIEDER
110

KONTAKT
Squash Arena
Hallenbadweg 2, 8610 Uster
044 515 95 77
info@squash-arena.ch
www.squashclub-uster.ch

Stadtmusik Uster

Sinn und Zweck

Die Stadtmusik Uster bietet die Möglichkeit, gemeinsam Musik zu erleben und für beste Unterhaltung zu sorgen. Die Highlights im SMU Jahr Wenn sich am Frühlingskonzert der Vorhang des Stadthofsaals öffnet, steigt der Puls der Musiker/-innen spürbar an. Endlich darf das seit Anfang Jahr geprobte Unterhaltungsprogramm dem Publikum vorgestellt werden. Die Konzertbesucher werden dabei neben unterhaltsamen und abwechslungsreichen Stücken auch mit zur Musik passendem Tanz, Gesang oder Filmausschnitten verwöhnt. Die zum Rahmenprogramm gehörende Tombola erfreut sich jeweils grosser Beliebtheit. Nach der Sommerpause startet die Vorbereitung auf das nächste Highlight, das Herbstkonzert in der katholischen Kirche. Bei diesem Konzert werden eher ruhigere oder sinfonisch/klassische Werke vorgetragen. So kommen durchs Jahr verschiedene Musikstile zum Zug und dadurch kann ein breites Publikum angesprochen werden. Die Stadtmusik ist aktiv Die Stadtmusik Uster spielt aber nicht nur die zwei grossen Konzerte, sondern ist während des Sommers auch immer wieder bei Platzkonzerten zu sehen. Kleine Konzerte für die Bewohner der sozialen Einrichtungen in Uster gehören ebenso zum Jahresprogramm wie offizielle Anlässe der Stadt. Mit internen Anlässen wie dem Grillplausch oder dem Chlausabend werden die Kontakte gepflegt und vertieft. Die hauseigene Bar im Probelokal erlaubt ein gemütliches Beisammensein nach jeder Probe. Neue Mitglieder sind willkommen. Die Musik verbindet. Sie lebt von den einzelnen Musiker/-innen, sowie den vielen len verschiedenen Instrumenten. Jede Person ist herzlich willkommen bei einer Probe vorbeizuschauen und gemeinsam Musik zu erleben.

GEGRÜNDET	LOKAL
1889	Musikcontainer
PRÄSIDENTEN	**KONTAKT**
Sara Rebsamen, Fabienne Schläppi, Reto Christen	Fabienne Schläppi 076 595 86 67 marketing@smuster.ch www.smuster.ch
MITGLIEDER	
30	

Tibetische Frauen-Organisation in der Schweiz (TFOS)

Sinn und Zweck

Aufgrund der Bewusstwerdung der wichtigen Rolle der tibetischen Frau innerhalb der tibetischen Gesellschaft wurde der Entschluss gefasst, sich zu organisieren.

Am 5. November 1988 wurde die Tibetische Frauenorganisation in der Schweiz (TFOS) gegründet, inspiriert von der Arbeit und dem Leitbild der Tibetischen Frauenorganisation in Indien, welche am 10. September 1984 gegründet wurde.

Die TFOS zählt rund 240 Mitglieder. Sie ist der Tibetan Women's Association (TWA) in Indien angeschlossen und Mitglied der Alliance F, welche heute die politische Lobby-Organisation für die Gleichstellung von Frau und Mann in Wirtschaft, Beruf, Familie und Gesellschaft ist. Zudem ist die TFOS Partnerin der «Geneva Summit for Human Rights and Democracy» und pflegt eine gute Zusammenarbeit mit anderen Tibet-Organisationen.

Die Ziele unserer Organisation sind:

- Kontakt unter den tibetischen Frauen zu schaffen und zu fördern.
- Unter der Führung S.H. des Dalai Lamas und der tibetischen Exilregierung sich für Tibet einzusetzen.
- Als Frauen zur Erhaltung von Religion, Kultur und Förderung des Wohlergehens des tibetischen Volkes beizutragen.
- Nach Möglichkeiten hilfebedürftigen Tibeterinnen im Exil, insbesondere Frauen, soziale Unterstützung zu leisten und für deren Interesse einzutreten.
- Den Kontakt mit anderen Frauen-Organisationen und Frauenvereinen anzuknüpfen und zu fördern.
- Sich für die Menschenrechte, für den Frieden, für die Gerechtigkeit und für die Verbesserung der Stellung der Frau einzusetzen.

Infos unter:
www.tfos.online

TV Uster Handball Red Dragons

Der TV Uster Handball Red Dragons ist das Handball-Aushängeschild von Uster. Unser Verein geniesst im Zürcher Oberland seit Jahren einen ausgezeichneten Ruf und das kommt nicht von ungefähr.

Die Männer- und Frauenfanionsteams sind in ihren Ligen vorne mit dabei und sorgen regelmässig für sportliche Highlights. Besonderes Augenmerk legen wir ausserdem auf unseren Juniorenbereich und die Nachwuchsförderung. Die jungen roten Drachen werden bei uns schon ab 4 Jahren auf spielerische Art und ohne Leistungsdruck in die Welt des Handballs eingeführt. Teamgeist, sportliche Betätigung, Fairness und viel Spass werden von unserer gut ausgebildeten Trainer-Crew mit viel Herzblut weitergegeben.

Jeder ist bei uns herzlich willkommen, ob jung oder ganz jung, ob weiblich oder männlich, ob toptalentiert oder einfach mit Freude am Teamsport. Melde dich bei uns (lars@tvu.ch) und wir organisieren für dich ein Schnuppertraining.

GEGRÜNDET
1992/2001

PRÄSIDENT
Lars Mathiassen

MITGLIEDER
300

KONTAKT
Lars Mathiassen
TV Uster Handball, 8610 Uster
lars@tvu.ch
www.tvu.ch

UHC Uster

Sinn und Zweck
Mit 20 Mannschaften und über 300 Mitgliedern ist der UHC Uster der führende Unihockeyclub im Zürcher Oberland und bietet mit dem Fanionteam in der NLA einzigartigen Spitzensport in der Region. In seinem bereits 30-jährigen Bestehen setzt sich der Verein immer auch für eine professionelle Nachwuchsförderung ein. So trainieren wir Juniorenmannschaften auf allen Stufen und bieten Zusatztrainings an, um auch unsere jungen Talente an die Spitze zu bringen.
Erst kürzlich haben zwei unserer Jungspunde die U19 WM in Brno (CZE) bestritten und aktuell fungieren insgesamt 16 UHC-Uster-Talente in den U15-, U17- und U19- Herrennationalmannschaften sowie in der U17-Damennationalmannschaft. In dieser zukunftsorientierten Arbeit mit Fokus auf strukturelle Entwicklung sehen wir den Schlüssel zu nachhaltigem Erfolg. Damit streben wir auf lange Sicht die Top 5 im Schweizer Unihockey an. Zusätzlich bietet der UHC Uster auch mehrere Breitensportmannschaften mit Trainingsmöglichkeiten für alle an.
Nebst der Professionalität ist dem Verein aber auch ein familiäres Klima wichtig. Bei uns sind alle willkommen, sei es auf der Tribüne oder direkt auf dem Spielfeld.

GEGRÜNDET
1996

PRÄSIDENT
Milan Schmed

MITGLIEDER
300

KONTAKT
claudio.peterhans@uhcuster.ch
www.uhcuster.ch

Ustermer Turmbläser

Sinn und Zweck

Die Ustermer Turmbläser sind ein eigenständiges Ensemble begeisterter Musikanten. Gepflegt wird ein alter Brauch aus dem Mittealter, als von den Türmen der Burgen und Schlösser Feiertage und Empfänge von Königen mit Fanfaren angekündigt wurden.
Um musikalisch und personell flexibler zu sein, wurde das Quartett vor ein paar Jahren um eine Person erweitert und konzertiert nun vorwiegend als Quintett, bestehend aus drei Trompetern und zwei Posaunisten.
«Freude bereiten» ist das Leitmotiv dieser seit vielen Jahren bekannten Formation.

Auftritte

Die Adventszeit ist jeweils die aktivste Zeit, in welcher die fünf Bläser an vielen Orten der Stadt Uster und dem ganzen Zürcher Oberland auftreten. Die Auftrittsdaten unter dem Motto «Musikalischer Advent mit den Ustermer Turmbläsern» werden in der Presse veröffentlicht.
Der Höhepunkt der jährlichen Tournee ist jeweils das Konzert von der Zinne des Schloss Uster am 23. Dezember um 19.15 Uhr, wobei die Zuhörer im Schlosshof musikalisch auf Weihnachten eingestimmt werden. Engagieren kann man die Ustermer Turmbläser ebenfalls zur Umrahmung von Hochzeiten/kirchlichen Trauungen etc.

GEGRÜNDET
1983

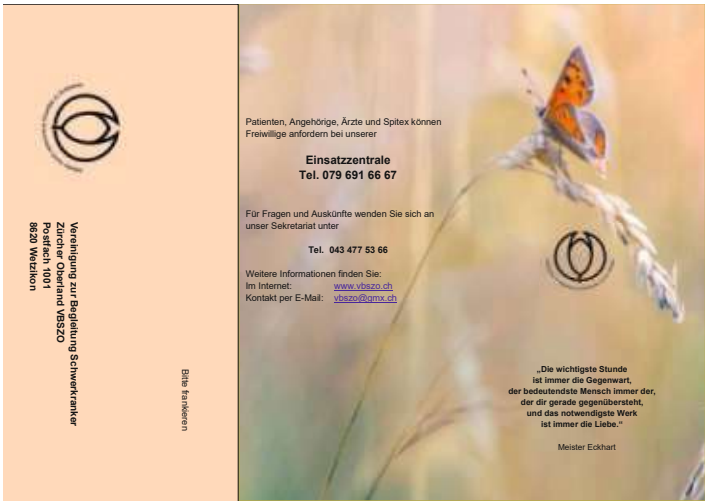
PRÄSIDENT
Daniel Felix

MITGLIEDER
5

LOKAL
Zeughaus Uster

KONTAKT
Daniel Felix
Bühlstrasse 6, 8606 Nänikon
Tel. 044 940 27 46
Fax 044 940 27 86
fam.felix@bluewin.ch
www.militaerspiel-uster.ch

Vereinigung zur Betreuung Schwerkranker Zürcher Oberland – VBSZO



Wer wir sind:

Die VBSZO wurde im Juni 1991 als gemeinnützige, politisch und konfessionell neutrale Vereinigung gegründet. Sie bietet kostenlose Begleitung für schwerkranke und sterbende Mitmenschen an.

Über die Einsatzzentrale kann die Betreuung stundenweise für Tageseinsätze und Nachtwachen angefordert werden.

Die Vereinigung finanziert sich durch Mitglieder- und Gönnerbeiträge. Diese Mittel werden ausschliesslich für die Aus- und Weiterbildung der Freiwilligen sowie für Spesen eingesetzt.

Freiwillige sind uns immer willkommen

Wenden Sie sich an unser Sekretariat
043 477 53 66
sekretariat@vbszo.ch

Wo wir helfen:

- Wir betreuen und begleiten schwerkranke und sterbende Mitmenschen, geben persönliche Zuwendung, Geborgenheit und Wärme.
- Angehörige von Schwerkranken brauchen Entlastung - wir unterstützen sie.
- Den Wunsch vieler Schwerkranker, zu Hause in vertrauter Umgebung betreut zu werden und sterben zu können, ermöglichen wir mit unserem Angebot.
- Die VBSZO unterstützt die Palliative Care. Die Vereinigung lehnt aktive Sterbehilfe und Beihilfe zu Suizid ab.

Sie unterstützen uns:

☐ Mit einer Spende
Postkonto 90-747169-6

Mit einer Passiv-Mitgliedschaft
☐ Einzelperson Fr. 30.-- / Jahr
☐ Ehepaar Fr. 50.-- / Jahr
☐ Juristische Person Fr. 100.-- / Jahr

☐ Ich interessiere mich für eine aktive Freiwilligenarbeit in der Begleitung

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns über die ausgefüllte Karte oder ein E-Mail an: vbszo@gmx.ch.

Name / Vorname: .....
Strasse und Nr.: .....
PLZ und Ort: .....
Telefon: .....
Datum: .....
Unterschrift: .....

Zustelladresse siehe Rückseite →

WAC – International Family Club and Learning Tree School

Der Women's Activity Club (WAC) ist ein internationaler Familienclub mit über 120 Mitgliedern aus 42 verschiedenen Ländern. Es wird grösstenteils Englisch gesprochen, auch wenn Familien aus englischsprachigen Ländern lange nicht mehr die Mehrheit bilden.

Die Privatschule des WACs, «The Learning Tree Cooperative School», bietet englischsprachige Vorschulklasse- sowie verschiedene Nachmittagsklassen für Kindergartenkinder und Schulkinder. Ausserdem steht den Kindern eine Mittagsbetreuung zur Verfügung.

Für Kinder zwischen 0 und 4 Jahren findet zweimal wöchentlich eine Eltern-Kind-Spielgruppe statt.

Die Kurse, die vom WAC angeboten werden, können auch von Nicht-Mitgliedern besucht werden. Ebenfalls ist es möglich, kostenlose Probestunden zu besuchen und eine Besichtigungstour zu unternehmen.

GEGRÜNDET
1997

PRÄSIDENTIN
Ieva Ciceri

MITGLIEDER
120

KONTAKT
Helen Griffiths
043 305 9250
com@wac.ch
www.wac.ch

Züri Oberländer Theaterverein LAWUA

Sinn und Zweck

Der Züri Oberländer Theaterverein LAWUA wurde am 10. Juli 1966 unter dem Namen LAWUA (LAnd-Wirtschaftliche Unterhalts-Amateure) gegründet. Seit seiner Gründung 1966 war es sein Bestreben, für die Unterhaltung der ländlichen Bevölkerung zu sorgen. In den 70er- und 80er-Jahren wurden die Theaterstücke von unseren Mitgliedern selbst geschrieben.

20 Züri-Oberländer Theaterstücke sind entstanden, wovon es das eine oder andere Stück sogar in das Angebot eines Theaterverlags geschafft hat. Unsere Theaterproduktionen gehören weiterhin in die Kategorie der Volkstheater und spielen meist im ländlichen Milieu. Jedes Jahr wird ein neues Stück einstudiert und jeweils im März in Hinwil aufgeführt. Zudem findet jährlich in Uster eine Benefizveranstaltung zu Gunsten von Menschen mit Behinderung statt. Um ein Theaterstück auf die Bühne zu bringen, braucht es viele Helfer, die uns in den verschiedensten Bereichen der Theaterwelt unterstützen können.

Sie haben Freude am guten Volkstheater und möchten mal in die Welt des Theaters hineinschauen? Dann sind Sie bei uns richtig! Wir suchen Interessierte – Teenager, Berufstätige, Hausfrauen / -männer, Privatiers oder «Ruheständler» - die gerne auf, neben oder hinter der Bühne mitwirken möchten. Trauen Sie sich und werden Sie Mitglied in unserem Verein! Wir freuen uns auf Ihre Nachricht an info@lawua.ch

GEGRÜNDET
1966

PRÄSIDENT
Roland Hess

MITGLIEDER
20 Aktive / 200 Passive

LOKAL
Eisweiherstrasse 5
8340 Hinwil
(UG der Feuerwehr Hinwil)

KONTAKT
info@lawua.ch
www.lawua.ch

Erste Hilfe – was ist zu tun?

Nr. 112
Notfall

6 Punkte, die Leben retten können, wenn Sie eine Rettungsorganisation rufen müssen – in erster Linie **ruhig bleiben,** damit möglichst konkrete Angaben zu folgenden Punkten gemacht werden können:

1. **WER meldet?** Eigenen Namen und Vornamen angeben
2. **WAS ist passiert?** Art des Ereignisses (Verkehrsunfall, Brand, Einbruch, Überfall, Vergiftung etc.)
3. **WANN ist es passiert?** Zeitpunkt des Ereignisses
4. **WO ist es passiert?** Ort des Ereignisses
5. **WIE VIELE Beteiligte?** Erwachsene, Kinder
6. **WEITERES! Weitere relevante Angaben** (Angaben zu Verletzungen, Situation vor Ort, bei Vergiftungen Angaben zur Substanz, Alter und Gewicht des Patienten o. Ä.)

Es ist hilfreich, wenn man sich diese Punkte immer wieder einprägt und sich in einer ruhigen Minute die verschiedenen Abläufe vor Augen führt, denn wenn der Notfall eingetreten ist, gelingt es den wenigsten, einen ruhigen Kopf zu bewahren!!!!

Nr. 144
Schlaganfall/Herzinfarkt

Bei einem Schlaganfall zählt jede Minute! Mit folgenden 4 Punkten können Sie mit grosser Wahrscheinlichkeit feststellen, dass es sich tatsächlich um einen solchen handelt.

1. Bitten Sie die Person zu lächeln – es könnte nur mit einer Gesichtshälfte gelingen, ein Mundwinkel bleibt hängen.
2. Bitten Sie die Person, einen ganz einfachen Satz zu sprechen, zum Beispiel «Heute ist es sehr schön». Die Aussprache kann undeutlich, «verwaschen» sein.
3. Bitten Sie die Person, beide Arme zu heben – sie wird es nicht oder nur teilweise können.
4. Bitten Sie die Person, ihre Zunge herauszustrecken – wenn sie gekrümmt ist oder sich von einer Seite zur anderen windet, ist das ebenfalls ein Zeichen für einen Schlaganfall!

Nun gilt es, sofort zu reagieren!

1. Sofort **144** wählen
2. enge Kleider öffnen, Patient mit angehobenem Oberkörper lagern, nach Medikamenten fragen
3. bewusstlose Patienten in die stabile Seitenlage bringen, Herzschlag und Atmung kontrollieren
4. setzt die Atmung aus, Patienten flach auf den Rücken legen und mit Wiederbelebungsmassnahmen beginnen: Mund-zu-Nase-Beatmung mit 2 Atemstössen (Atemwege freilegen, Kinn anheben), 30 Brustkompressionen, abwechselnd wiederholen, bis Rettungsdienst eintrifft.

Nationale Veranstaltungen 2022

SKI-WELTCUP ADELBODEN
www.weltcup-adelboden.ch
8./9. Januar 2022

LAUBERHORN-SKIRENNEN
www.lauberhorn.com
14.–16. Januar 2022

SWISS MOTO
www.swiss-moto.ch
17.–20. Februar 2022

INT. AUTOSALON GENF
www.gims.swiss
19.–27. Februar 2022

LUZERNER FASNACHT
www.lfk.ch
24.–28. Februar 2022

BASLER FASNACHT
www.fasnacht.ch
7.–9. März 2022

ENGADIN SKIMARATHON
www.engadin-skimarathon.ch
13. März 2022

GIARDINA
www.giardina.ch
16.–20. März 2022

OLDTIMER- U. TEILEMARKT
www.oldtimer-teilemarkt.ch
26./27. März 2022

BASELWORLD
www.baselworld.com
31. März–4. April 2022

INK DAYS ZÜRICH
www.ink-days.ch
1.–3. April 2022

ZERMATT UNPLUGGED
www.zermatt-unplugged.ch
5.–9. April 2022

BEA / PFERD
www.bea-messe.ch
29. April–8. Mai 2022

GREENFIELD INTERLAKEN
www.greenfieldfestival.ch
9.–11. Juni 2022

ST. GALLEN
www.openairsg.ch
30. Juni–3. Juli 2022

MONTREUX JAZZ
www.montreuxjazzfestival.com/de
2.–17. Juli 2022

FRAUENFELD
www.openair-frauenfeld.ch
6.–9. Juli 2022

GURTEN BERN
www.gurtenfestival.ch
13.–16. Juli 2022

BASLER TATTOO
www.baseltattoo.ch
15.–23. Juli 2022

SWISS OPEN GSTAAD
www.swissopengstaad.ch
16.–24. Juli 2022

PALÉO FESTIVAL NYON
www.paleo.ch
19.–24. Juli 2022

HEITERE ZOFINGEN
www.heitere.ch
12.–14. August.2022

OPENAIR GAMPEL
www.openairgampel.ch
noch nicht bekannt

KNABENSCHIESSEN ZÜRICH
www.knabenschiessen.ch
10.–12. September 2022

SCHUPFART FESTIVAL
www.schupfartfestival.ch
23.–25. September 2022

BEAUTY FORUM SWISS
Int. Fachmesse f. Kosmetik, Zürich
www.beauty-fairs.ch
noch nicht bekannt

SUISSE CARAVAN SALON
Internat. Messe f. Camping u. Caravaning, Bern
www.suissecaravansalon.ch
Oktober 2022

OLMA
Schw. Messe f. Landwirtschaft u. Ernährung, St. Gallen
www.olma-messen.ch/de/messen/olma/besucher/uebersicht
13.–23. Oktober 2022

RENDEZ-VOUS AM BUNDESPLATZ
Ton- u. Lichtspektakel, Bern
www.rendezvousbundesplatz.ch
21. Oktober–26. November 2022

SWISS INDOORS
www.swissindoorsbasel.ch
22.–30. Oktober 2022

BASLER HERBSTMESSE
www.basel.com/de/herbstmesse
29. Oktober–13. November 2022

ART BASEL
Internationale Kunstmesse
www.artbasel.com
1.–4. Dezember 2022

Bitte konsultieren Sie die aktuelle Tagespresse oder die angegebenen Internetseiten bezüglich der Durchführung der einzelnen Veranstaltungen.

Wir haben uns bemüht, den Veranstaltungskalender so aktuell wie möglich zu halten, doch kann es aufgrund der noch immer bestehenden Covid-19-Situation zu weiteren Verschiebungen oder gar Absagen kommen.

Messe Sport Open Airs Kultur

Lokale Veranstaltungen 2022

23. DEZEMBER 2021

Weihnachtskonzert
Ustermer Turmbläser
Zinne Schloss Uster
19.15 Uhr

28. JANUAR 2022

Uster Guitar Night am Suisse Diagonales Jazz
Jazzclub Uster
Musik Container Uster
20.00–22.00 Uhr

18.-20. MÄRZ 2022

Festival
Elements of Rock
Stadthofsaal Theaterstrasse 1
in 8610 Uster

3. APRIL 2022

Kasperli: Dä Tüüfel isch los
KUfKI
Primarschulhaus Pünt
11.00 Uhr, Dauer: ca. 55 Minuten

8. APRIL 2022

Bänz Oester & The Rainmakers
Jazzclub Uster
Musik Container Uster
20.00–22.00 Uhr
Türöffnung: 19.00 Uhr

10. APRIL 2022

Freddy Frächfäll –
De Hibedi-Hop-Has
Freddy Burger Management
Stadthofsaal Uster
14.00 Uhr, Dauer: ca. 2 Stunden
(inkl. Pause)

23. APRIL 2022

Rob Spence ? Best of
Keep Cool Produktion
und Verlag AG
Stadthofsaal Uster
20.00 –22.15 Uhr

1. MAI 2022

Chaschperli dä Chuechedieb
Keep Cool Produktion
und Verlag AG
Stadthofsaal Uster
11.00 Uhr, Dauer: ca. 55 Minuten

SOMMER 2022

Schulhauscup
Fussballclub Uster
für alle Schulklassen aus Uster
von der 1.–6. Klasse mit über 700
TeilnehmerInnen
(vor den Sommerferien)
Datum noch nicht bekannt!

Die komplette Veranstaltungsliste der Stadt Uster finden Sie unter:
www.uster.ch/de/aktuellesdossiers/aktuellesn/anlaesseaktuelles/

Parteien

BPU

Bürgernahe Partei Uster, BPU
Paul Stopper
Falmenstrasse 25, 8610 Uster
044 940 74 74
paul@stopper.ch, www.bpu-uster.ch

DIE MITTE

Die Mitte Stadt Uster
Hans-Peter Hüsler
Weiherallee 23, 8610 Uster
044 940 07 59
hp.huesler@bluewin.ch, www.die-mitte-uster.ch

EDU

EDU Stadt u. Bezirk Uster
Silvio Foiera
Talackerstrasse 6, 8610 Uster
076 390 39 06
stadt-uster@edu-zh.ch, bezirk-uster@edu.zh.ch
www.edu-zh.ch/uster

EVP

Evangelische Volkspartei Uster
Co-Präsidium:
Mary Rauber und Stefanie Müller,
praesidium@evp-uster.ch, www.evp-uster.ch

FDP

FDP.Die Liberalen – Uster
Marianne Siegrist
Gablerackerstrasse 4, 8615 Wermatswil
044 941 17 43
praesident@fdp-uster.ch, www.fdp-uster.ch

GRÜNE

Grüne Stadt Uster
Sergio Zanchi
Forchstrasse 22a, 8610 Uster
077 400 93 47
gruene-uster@gmx.ch, www.gruene-uster.ch

GRÜNLIBERALE

Grünliberale Stadt Uster
Beatrice Caviezel
Berglistrasse 28, 8616 Riedikon
uster@grunliberale.ch, www.uster.grunliberale.ch

JUNGFREISINNIGE BEZIRK USTER

Jungfreisinnige Bezirk Uster
Gregor Lushaj
Friedhofstrasse 1, 8610 Uster
Denis Perisic: 076 336 30 39
denisperisic9@gmail.com, www.jfbu.ch

JUSO

JungsozialistInnen Zürcher Oberland
Seyhan Kâhya
Loren Allee 7, 8610 Uster
078 804 70 11
oberland@juso.org, www.zhoberland.juso.ch

SP

Sozialdemokratische Partei Uster
Peter Mathis-Jäggi
Postfach, 8610 Uster
info@sp-uster.ch, www.sp-uster.ch

SVP

Schweizerische Volkspartei Uster
Hans Keel
Sandstrasse 9, 8610 Uster
hans.keel@svp-uster.ch, www.svp-uster.ch

Ein Team, ein Ziel – die bestmögliche tiermedizinische Versorgung von unseren Patienten

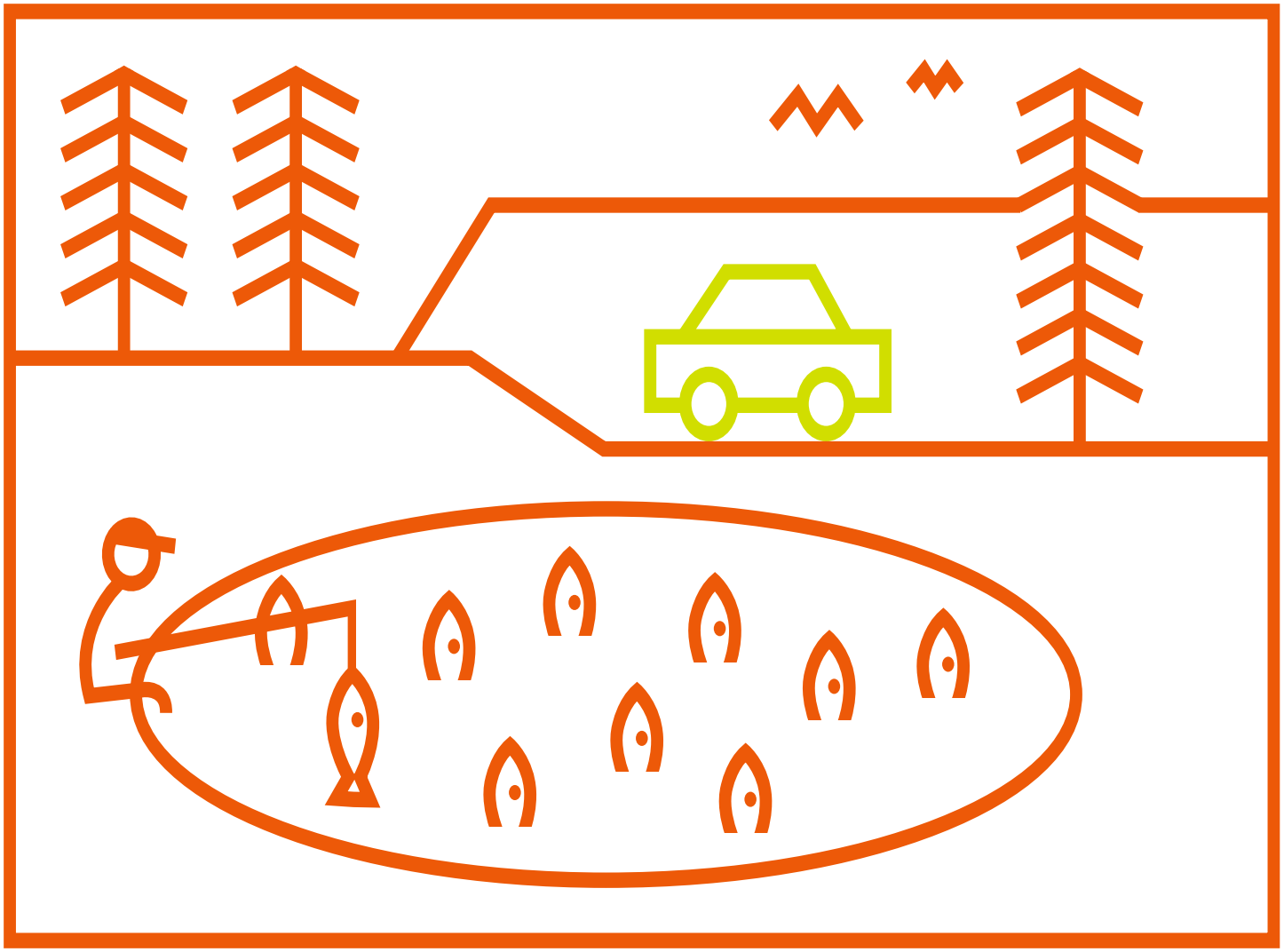
Die Tierärzte Neuwiesen AG ist eine moderne Tierarztpraxis für Kleintiere. Wir bieten qualitativ hochstehende Medizin für unsere Patienten und beste Arbeitsbedingungen für unsere Mitarbeiter.

Mit unserem umfangreichen **Inhouse Labor** sowie **Direkt-Digitalem Röntgengerät** können wir Diagnostik vor Ort anbieten und haben innert Minuten aussagekräftige Resultate. Dank gut ausgebildeten Mitarbeitern bieten wir weitere Untersuchungen wie **Ultraschall** und **spezielle Augenuntersuchungen** an. **Chirurgische Eingriffe** führen wir mit schonender Inhalationsnarkose und modernster Narkoseüberwachung durch. Grossen Wert legen wir auch auf die **Zahngesundheit**. Spezialisierte Mitarbeiter führen aufwändige Zahnsanierungen mit grösster Sorgfalt durch. Abgerundet wird unser Angebot durch **Chiropraktik** und **Ernährungsberatung**.

Gerne begleiten wir unsere Kunden und Patienten von der ersten Impfung, über die aktiven Jahre bis zum würdevollen Abschied.
Als Ausbildungsbetrieb für Tiermedizinische Praxisassistenten ist es uns ein Anliegen, unseren Lernenden eine fundierte und interessante Ausbildung anzubieten und sie so für ihre berufliche Zukunft bestens vorzubereiten.

Zögern sie nicht, uns bei weiteren Fragen telefonisch zu kontaktieren oder persönlich vorbei zu kommen.

Ihr Team der Tierärzte Neuwiesen AG
www.tieraerzte-neuwiesen.ch | 043 466 90 19



Von A nach B mit E.

Jetzt neu: Elektrisch fahren und tanken – mit der Karte von Energie Uster an 5 E-Tankstellen in Uster und 300 in der ganzen Schweiz.

energie uster